



**MARIA MARGARIDA  
MELO DE MACEDO  
GOMES SOARES**

**O PROCESSO DE LUTO EM PESSOAS IDOSAS  
DEFILHADAS E A CIF: UM ESTUDO  
EXPLORATÓRIO**



**MARIA MARGARIDA  
MELO DE MACEDO  
GOMES SOARES**

**O PROCESSO DE LUTO EM PESSOAS IDOSAS  
DEFILHADAS E A CIF: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO**

Dissertação apresentada à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Gerontologia, especialização em Intervenção Comunitária, realizada sob a orientação científica da Professora Doutora Margarida Cerqueira, Professora Adjunta da Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro e sob a coorientação do Professor Doutor José Eduardo Rebelo Professor Auxiliar com Provas de Agregação do Departamento de Biologia da Universidade de Aveiro.

**o júri**

**presidente**

Professora Doutora Maria da Piedade Moreira Brandão  
Professora Adjunta da Universidade de Aveiro

**arguente**

Professor Doutor António José Feliciano Barbosa  
Professor Auxiliar Convidado Com Agregação da Universidade de Lisboa

**orientador**

Professora Doutora Margarida Melo Cerqueira  
Professora Adjunta da Universidade de Aveiro

## **agradecimentos**

Agradeço com particular carinho, às mães defilhadas que participaram neste estudo, sei que não foi fácil e que o fizeram por amizade, mas sem o vosso contributo nada teria sido possível.

Agradeço à Professora Doutora Margarida Cerqueira, pela excelente competência como profissional, pela paciência infinita e pela orientação incansável. Agradeço todo o apoio e disponibilidade que me deu sempre ao longo deste trabalho.

Agradeço, de igual forma, ao Professor Doutor José Eduardo Rebelo, pela disponibilidade, pelas sugestões, críticas e reflexões, pela partilha do seu saber e experiência.

Agradeço aos amigos pelo apoio constante, em particular à Raquel e Inês, pela amizade, pela ajuda, pelo estímulo e por me fazerem acreditar que era possível. Sem vocês, se calhar, não tinha chegado aqui!

Agradeço à Vanessa e à Diana, companheiras neste estudo que, com muito esforço, conseguimos levar a bom fim.

Agradeço há minha família a ajuda, o apoio e o carinho, com que me acompanharam ao longo deste percurso.

Agradeço ao meu marido Miguel e aos meus filhos Francisco e Tomás, por continuarem a ser a minha rocha, nos bons e nos maus momentos. Agradeço todas as horas, minutos e segundos que tenho o privilégio de viver convosco. São a luz da minha vida. Adoro-vos!

A todos, muito obrigada!

## palavras-chave

Luto; Mães idosas em luto (defilhadas); CIF

## resumo

**Introdução:** O luto provocado pela morte dos filhos, o defilhar, desperta fortes sentimentos de raiva, culpa e de censura, sendo estas mortes vividas como uma falha na capacidade de dar e proteger a vida. Superar uma perda desta magnitude implica reestruturar psicologicamente e socialmente. Ainda são muito poucos os estudos realizados para identificar e caracterizar estratégias de superação do luto e menos ainda quando dizem respeito ao defilhar.

**Objetivos:** O objetivo deste estudo é analisar numa amostra de mulheres que perderam um filho (defilhadas) com idade igual ou superior a 60 anos, as narrativas de superação do seu processo de luto e mapeá-las à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

**Métodos:** Foi elaborado um protocolo com os seguintes instrumentos: *Short Portable Mental Status Questionnaire* (SPMSQ), informações sociodemográficas (idade, género, estado civil, nível educacional, localização geográfica, quantos filhos tem, quando faleceu o filho(a), se foi morte súbita ou esperada, se toma medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos e se sim, há quanto tempo), Inventário de Luto Complicado (ILC) e uma entrevista semiestruturada. O protocolo foi administrado a uma amostra de 8 mulheres.

**Resultados:** Os resultados globais sugerem que apesar de grande parte do processo de superação do luto ser bastante emocional, foi possível classificá-lo utilizando o referencial CIF. Dentro do componente 'Funções do Corpo', verificou-se o predomínio das funções emocionais nas categorias 'o que mudou na sua vida', 'superação da dor' e 'estratégias adotadas'; no componente 'Atividades e Participação' destacaram-se aquelas associadas à religião e espiritualidade, nas categorias 'superação do luto', 'estratégias adotadas' e 'o que mais gosta de fazer'; no componente 'Fatores Ambientais' ('apoio e relacionamentos') sobressaiu o apoio proporcionado pela família próxima nas categorias 'superação da dor', 'estratégias adotadas', apoios físicos ou humanos recebidos' e 'o que mais gosta de fazer'.

**Conclusão:** Foi possível mapear à CIF o processo de superação do luto por defilhadas idosas. No entanto, para se obterem dados mais conclusivos, são necessários mais estudos em amostras com maiores dimensões, que abranjam ambos os géneros e com faixas etárias mais amplas. Também é necessário adaptar o protocolo ao referencial CIF de forma a obterem resultados mais precisos.

## keywords

Grief; Elderly mothers in grief; ICF

## abstract

**Introduction:** The grief caused by the death of the children arouses strong feelings of anger, guilt and blame, and these deaths are lived as a failure in the ability to give and protect life.

Overcome a loss of this magnitude implies restructure psychologically and socially. There are very few studies to identify and characterize coping strategies of mourning and even less when they relate to the loss of offspring.

**Objectives:** The aim of this study is to analyze in a sample with women who have lost a child, aged over 60 years, the overcoming narratives of their grieving process and map them to the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). **Methods:** A protocol with the following tools have been developed: Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ), demographic information (age, sex, marital status, education level, geographic location, how many children they have, when the child died, if it was sudden or expected death, if it's taking antidepressant medication, sleeping pills or tranquilizers and if so, for how long), Inventory of Complicated Grief (ILC) and a semi-structured interview. The protocol was applied to a sample of 8 women. **Results:** The overall results in this sample suggest that although much of the process of overcoming grief be very emotional, it was possible to classify it using the ICF framework. Within the component 'body functions', there was a predominance of emotional functions in the categories 'what has changed in your life', 'overcoming pain' and 'strategies adopted'; the component 'activities and participation' highlights, were those associated with religion and spirituality in the categories 'overcoming of grief', 'strategies adopted' and 'what do you most like to do'; the component 'environment' ('support and relationships') excelled the support provided by close family in the categories 'overcoming the pain', 'strategies adopted', 'physical or human restraints received' and 'what do you most like to do'. **Conclusion:** It was possible to map to ICF the elder women's overcoming process of mourning. To get more conclusive data, more studies are needed in larger samples, covering both genders and with broader age groups. It is also necessary to adapt the protocol to the ICF reference in order to obtain more accurate results.

## ÍNDICE

INTRODUÇÃO GERAL .....	11
ENQUADRAMENTO TEÓRICO .....	14
1. CONCEITO DE LUTO .....	14
1.1. LUTO NORMAL .....	15
1.2. LUTO ADIADO, RETARDADO, CRÓNICO E COMPLICADO .....	18
1.3. PROCESSO DE LUTO POR MORTE ESPERADA OU SÚBITA .....	20
2. LUTO POR PERDA DE UM FILHO .....	21
2.1. CONCEITO DE DEFILHAR .....	21
2.1.1. DIFERENÇAS DE GÉNERO NO DEFILHAR.....	21
2.2. DEFILHAR NA VELHICE .....	23
3. FUNCIONALIDADE.....	24
3.1. FUNCIONALIDADE NA PESSOA IDOSA.....	25
4. CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE FUNCIONALIDADE, INCAPACIDADE E SAÚDE (CIF) .....	26
OBJETIVOS E METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO .....	30
1. OBJETIVOS DO ESTUDO .....	30
1.1. OBJETIVO GERAL .....	30
1.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	30
2. METODOLOGIA.....	31
2.1. DESENHO DO ESTUDO .....	31
2.2. SELEÇÃO DA AMOSTRA.....	31
2.3. CONSIDERAÇÕES ÉTICAS.....	32
2.4. PROCEDIMENTO DA RECOLHA DOS DADOS .....	32
2.5. INSTRUMENTOS UTILIZADOS.....	33
2.5.1. BREVE QUESTIONÁRIO SOBRE O ESTADO MENTAL – 10 ITENS.....	34
2.5.2. QUESTIONÁRIO DE CARATERIZAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA.....	35
2.5.3. INVENTÁRIO DE LUTO COMPLICADO (ILC) .....	35
2.5.4. ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA SOBRE A EXPERIÊNCIA VIVENCIAL DO LUTO.....	35
3. ANÁLISE DOS DADOS.....	36
APRESENTAÇÃO E LEITURA DOS RESULTADOS.....	37
3. O PROCESSO DE SUPERAÇÃO DO LUTO MAPEADO À CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE FUNCIONALIDADE, INCAPACIDADE E SAÚDE (CIF) .....	40
3.1 ANÁLISE POR CATEGORIAS PREVIAMENTE DEFINIDAS.....	41
3.2 ANÁLISE POR COMPONENTES DA CIF .....	47
3.3 ANÁLISE POR CATEGORIAS E COMPONENTES .....	51
3.4 ANÁLISE POR CRUZAMENTO DE UC E SUC E A CHECKLIST GERAL DA CIF.....	55
DISCUSSÃO DOS RESULTADOS .....	57

CONCLUSÃO .....	68
BIBLIOGRAFIA .....	71

## ÍNDICE DE TABELAS

TABELA 1 – CARACTERIZAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA DA AMOSTRA.....	38
TABELA 2 – ANÁLISE DA CATEGORIA ‘O QUE MUDOU NA SUA VIDA’ POR ID, UC, SUC E ND .....	42
TABELA 3 – ANÁLISE DA CATEGORIA ‘SUPERAÇÃO DA DOR’ (CONSCIÊNCIA DA DOR) POR ID, UC, SUC E ND .....	43
TABELA 4 – ANÁLISE DA CATEGORIA ‘ESTRATÉGIAS ADOTADAS’ POR ID, UC E SUC .....	44
TABELA 5 – ANÁLISE DA CATEGORIA ‘APOIOS FÍSICOS OU HUMANOS RECEBIDOS’ POR ID E UC .....	45
TABELA 6 – ANÁLISE DA CATEGORIA ‘O QUE GOSTA MAIS DE FAZER’ POR ID, UC E SUC.....	46
TABELA 7 – ANÁLISE DA CATEGORIA ‘O QUE GOSTA MENOS DE FAZER’ POR ID, UC, SUC E ND .....	47
TABELA 8 – ANÁLISE DO COMPONENTE ‘FUNÇÕES DO CORPO’ POR ID, UC E SUC .....	48
TABELA 9 – ANÁLISE DO COMPONENTE ‘ATIVIDADES E PARTICIPAÇÃO’ POR ID, UC, E SUC .....	49
TABELA 10 – ANÁLISE DO COMPONENTE ‘FATORES AMBIENTAIS’ (‘APOIOS E RELACIONAMENTOS’) POR ID, UC E SUC .....	50
TABELA 11 – ANÁLISE DA CLASSIFICAÇÃO ‘NÃO DETERMINADO’ POR ID, NDQV E NDQS.....	51
TABELA 12 – ANÁLISE POR CATEGORIAS E COMPONENTE ‘FUNÇÕES DO CORPO’ .....	52
TABELA 13 – ANÁLISE POR CATEGORIAS E COMPONENTE ‘ATIVIDADES E PARTICIPAÇÃO’ .....	53
TABELA 14 – ANÁLISE POR CATEGORIAS E COMPONENTE ‘FATORES AMBIENTAIS’ (‘APOIOS E RELACIONAMENTOS’).....	54
TABELA 15 – ANÁLISE POR CATEGORIAS E CLASSIFICAÇÃO ‘NÃO DETERMINADO’ .....	54

## ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO I: DECLARAÇÃO DE CONSENTIMENTO INFORMADO, LIVRE E ESCLARECIDO .....	76
ANEXO II: BREVE QUESTIONÁRIO PORTÁTIL SOBRE O ESTADO MENTAL; DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS; INVENTÁRIO DO LUTO COMPLICADO.....	79
ANEXO III: PARECER DO OBSERVATÓRIO DO LUTO EM PORTUGAL.....	84
ANEXO IV: CHECKLIST GERAL DA CIF.....	87
ANEXO V: TRANSCRIÇÕES DAS ENTREVISTAS .....	103
ANEXO VI: EXPERIENCIA DE VIDA ANTES DA PERDA DO(A) FILHO(A).....	166
ANEXO VII: EXPERIENCIA DE VIDA APÓS A PERDA DO(A) FILHO(A) .....	172



## **LISTAGEM DE SIGLAS E ABREVIATURAS**

ABVD – Atividades Básicas de Vida Diária

AIVD – Atividades Instrumentais de Vida Diária

AVD – Atividades de vida diária

CIF – Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde

ILC – Inventário de Luto Complicado

ND – Não definida

OMS – Organização Mundial de Saúde

SPMQ – *Short Portable Mental Status Questionnaire*

SUC – Subunidade de classificação

UC – Unidade de classificação



## INTRODUÇÃO GERAL

A presente investigação recai sobre experiências vivenciais de luto por perda de filho ou filha, em pessoas idosas e tem como objetivo principal verificar a possibilidade de classificar as estratégias percebidas na elaboração do processo de luto, que implicam a organização de múltiplos fatores individuais, coletivos e culturais, utilizando o sistema de Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

A partir do momento em que nascemos, vamos tendo perdas como, entre muitas outras, a separação conjugal, amputações de partes do corpo, nascimento de filhos deficientes, perda de emprego ou estatuto social, tornando-se em mortes simbólicas que nos confrontam com a nossa finitude. A reação provocada por uma perda com um significado pessoal profundo define o processo do luto e necessita inevitavelmente de ser vivida. Apesar de ser uma experiência íntima e individual, é altamente influenciado por fatores culturais, dado que cada cultura tem a sua própria forma de lidar com a morte.

Lidar com perdas na velhice causa um impacto psicológico profundo sendo ainda mais difícil quando diz respeito à morte dos mais próximos. A idade avançada dificulta a capacidade de lidar com a perda, por todo o seu histórico de vida e cumular de perdas que foram ocorrendo. A morte de um filho causa inversão nas expectativas das perdas na vida. Primeiro deveriam morrer os pais e só depois os filhos e cada ano que passa, mesmo que inconscientemente, as pessoas preparam-se para morrer antes dos filhos. Quando morre um filho dá-se um lapso cronológico, não existindo um ritual que possa atenuar o trauma psíquico causado aos pais. Dificilmente será feita a superação desta perda existindo apenas, na maioria das vezes, conformação.

No entanto, como em todos os processos de luto normal, é preciso haver reorganização emocional, o que pode ser feito através de recursos psicológicos, sociais, materiais e simbólicos que rodeiam a pessoa enlutada. O meio cultural e social pode oferecer condições que permitam desenvolver a capacidade de resiliência e elaborar o processo de superação do luto. Em Portugal,

são poucos os estudos sobre este assunto daí o seu interesse em estudá-lo e em relacioná-lo com outras variáveis.

A Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) é um sistema de classificação utilizado para descrever, avaliar e medir a saúde e a incapacidade quer a nível individual quer a nível populacional. Sendo um modelo biopsicossocial da funcionalidade e incapacidade humana, a CIF define estes dois conceitos como multidimensionais e interativos que relacionam a anatomia e fisiologia do corpo ('Funções e Estruturas do Corpo'), as atividades e tarefas realizadas pela pessoa e as diferentes áreas da vida nas quais participam ('Atividades e Participação') e os fatores do meio-ambiente que influenciam essas experiências ('Fatores Ambientais'). A grande diferença entre a CIF e as classificações anteriores encontra-se na possibilidade de poder descrever o impacto que os fatores contextuais (ambientais e pessoais) têm, como facilitadores ou barreiras, na funcionalidade das pessoas. Baseados nas potencialidades oferecidas por este sistema de classificação, consideramos pertinente a realização deste estudo, na tentativa de identificar e caraterizar estratégias de superação do processo de luto. Pretende-se que esta investigação contribua de forma significativa para esta área e para futuras investigações. Uma vez que se pretende estudar as vivências narradas pelas participantes, o presente estudo tem como base uma abordagem qualitativa, do tipo transversal descritivo, assumindo um caráter exploratório pois procura analisar a relação entre o processo do luto e a CIF.

Com base no exposto, a presente dissertação de mestrado encontra-se estruturada em cinco partes. A primeira parte, constituída pelo enquadramento teórico, contém a revisão da literatura onde são abordados os temas desta dissertação, ou sejam, o processo do luto, o luto por perda de um filho (defilhar) e, em particular nas pessoas idosas, a funcionalidade em geral e, novamente em particular, nas pessoas idosas, e por fim, a caraterização do referencial de Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

Na segunda parte descrevem-se os objetivos do estudo gerais e específicos, as considerações éticas tidas em consideração, assim como a metodologia utilizada na investigação, a amostra, os instrumentos utilizados, o percurso seguido no acesso e tratamento da informação e a análise dos dados efetuada.

Na terceira parte, é realizada a apresentação e leitura dos resultados obtidos no presente estudo, pelas quatro partes em que se dividiu: caraterização geral da amostra; caraterização breve das

histórias de vida antes do falecimento do(a) filho(a); mapeamento dos dados relativos ao processo de superação do luto; e, por fim, a análise dos resultados em comparação com a *Checklist* geral da CIF.

Na quarta parte, concretiza-se a discussão dos resultados obtidos a partir das análises do mapeamento com base no referencial CIF, por categorias e componentes, do processo de superação do luto por perda de um(a) filho(a).

E por fim, na quinta e última parte, expõem-se as conclusões do trabalho, mencionando-se algumas limitações do mesmo e sugerem-se futuras investigações (seguida das referências bibliográficas e anexos).

## **ENQUADRAMENTO TEÓRICO**

Neste capítulo será abordado o conceito de luto em geral, os diferentes tipos de luto, o luto por perda de um filho (defilhar) e, em particular, nas pessoas idosas. Será também abordado o conceito de funcionalidade em geral e, novamente em particular, nas pessoas idosas. O capítulo terminará com o referencial da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

### **1. Conceito de luto**

O conceito de luto pode definir-se como um processo de reação a uma perda com um significado pessoal profundo e que necessita, imperiosamente, de ser vivido, tratando-se de uma experiência individual e íntima (Parkes, Laungani, & Young, 2003; Rebelo, 2004). Uma das experiências psicológicas mais cruéis que o ser humano pode sentir é a morte de alguém por quem se tinha um profundo amor. No entanto, o luto não acontece só quando morre um ente querido. A partir do momento em que nascemos, vamos tendo perdas e mortes simbólicas que nos confrontam com a nossa finitude. Para além da morte da pessoa querida, as perdas podem ser: por outras separações, como a conjugal, por emigração ou por encarceramento; por dano ao amor-próprio, como amputações de partes do corpo; por perda de expectativa de afeto, como o nascimento de filhos deficientes; por perda de emprego ou de estatuto social; por causas socialmente condenáveis, como condutas minoritárias, objetos e animais de estimação.

O processo de luto é altamente influenciado por fatores culturais, dado que cada cultura tem a sua própria forma de conhecer, respeitar e lidar com a morte (Cowles, 1996; Parkes, 2002; Rebelo, 2004; Stroebe & Schut, 1999). Torna-se especialmente difícil quando as perdas dizem respeito à morte dos mais próximos, o que implica a transformação e o empobrecimento do universo de relações, de contactos e de referências da pessoa enlutada (Rebelo, 2009).

Segundo a Teoria da Vinculação de Bowlby, em 1984, a necessidade do ser humano de estabelecer vínculos afetivos é inato, instintivo e necessário, tornando possível a sobrevivência da espécie. Esta vinculação potencia sentimentos de proteção e segurança, que será tanto mais forte quanto maior for o vínculo estabelecido. Assim, quanto mais fortes forem os vínculos estabelecidos, maior será o sofrimento perante uma separação ou perda desse vínculo. O vínculo mais poderoso que sobressai nas relações humanas é o afetivo. O desaparecimento de uma pessoa, seja físico ou emocional, a quem se está profunda e emocionalmente ligado abala de forma atroz, uma vez que quebra, irreversivelmente, os laços por quem se nutria um imenso amor. Com efeito, o facto de se perder alguém que se ama é das experiências mais pungentes que uma pessoa pode sofrer (Bowlby, 1984). Por isso, quando morre alguém a quem se estava vinculado e que oferecia segurança emocional, verifica-se uma profunda perturbação e uma forte reação emocional. Em rigor, o ser humano está intrinsecamente virado para o futuro, e a morte de uma figura de vinculação não só implica a perda do que a pessoa era, mas também do que previa ser, da vida que iriam ter juntos, dos sonhos e desejos que se realizariam no futuro (Rebelo, 2013).

### **1.1. Luto normal**

Considera-se como normal ‘tempo do luto’ aquele processo que decorre entre a perda e a reestruturação emocional da pessoa enlutada, permitindo que esta consiga recuperar a harmonia necessária para uma nova disponibilidade emocional e afetiva, de forma a poder reassumir vínculos e estabelecer novas ligações afetivas com outras pessoas. Pode não causar dor física mas causa desconforto e alteração de funções (Parkes, 1998). De facto, é necessário tempo para se viver o luto, de maneira a vivenciar todas as tristezas que lhe são inerentes e reassumir os restantes vínculos existentes. A superação do luto evolui por avanços e recuos, havendo diferenças entre os modelos propostos por vários autores como Silverman (1988), Worden (1998), Cavanaugh & Blanchard-Fields (2014) e Stroebe & Schut (1999). Estes últimos desenvolveram o modelo de processo dual de lidar com o luto, segundo o qual este deve ser feito por enfrentamento da perda, seguindo uma teoria de oscilação, onde se pretende o equilíbrio através de estratégias cognitivas envolvidas para aceitar a perda, trabalhando a orientação para a perda e orientação para o restabelecimento dessa perda.

Querer saber quando o processo de luto termina não é passível de resposta (Worden, 1998), pois não é um processo linear nem de limites concretos. A resolução do luto depende de diversos fatores como, o vínculo com a pessoa que partiu, a sua idade, a causa da sua morte e o relacionamento existente. As reações de luto não são processadas da mesma forma por todas as pessoas, pelo que a fase final de superação não será igual para todos. De acordo com o modelo vivencial do luto, proposto por Rebelo (2013), ao longo do processo são sentidas quatro vivências globais, subdivididas em vivências específicas, que constituem pontos de referência para o decurso sadio do luto: i) choque, ii) descrença, iii) reconhecimento e iv) superação.

A primeira vivência global, o choque, caracteriza-se por um abalo emocional, traduzido por uma variação entre as vivências específicas de negação ativa e verificação consciente da perda, o torpor e a ação. Essas vivências visam a proteção do próprio enlutado face ao estado agudo de sofrimento emocional e físico. As reações à notícia da perda variam de pessoa para pessoa: choro ou gritos de aflição, absoluta incredulidade em relação à morte, negando a ocorrência da mesma e explorando a possibilidade de um engano, pânico decorrente da súbita tomada de consciência, raiva contra a pessoa perdida ou, ainda, uma serenidade aparente que poderá irromper numa intensa explosão emocional. Fisiologicamente, podem registar-se zumbidos nos ouvidos, como resposta somática para não escutar, visão nublada para não ver, sensação de frio e paralisia interior, sensação de grande peso físico, riso incontrollável na sequência de uma tragédia ou ainda alucinações que levam a acreditar que quem faleceu se encontra presente (Monbourquette, 2006). Tem lugar sobretudo na ocasião em que é recebida a notícia e em que o enlutado fica incapaz de assimilar toda a dimensão emocional da perda. O enlutado tende a desempenhar as suas funções de forma automática, completamente distanciado, como se estivesse 'desligado' de tudo o que o rodeia. É este choque que permite a realização dos procedimentos burocráticos inerentes aos rituais de despedida, como a organização do velório e do funeral, podendo persistir durante umas horas ou semanas (Bowlby, 1984). Nestes casos, verificam-se também outros mecanismos de defesa como a 'mumificação', na qual a pessoa conserva todos os objetos de uso pessoal do falecido, de forma a serem usados 'quando este regressar' (reação comum nos primeiros tempos, mas que se pode tornar crónica se perdurar ao longo dos anos), ou a negação do significado da perda sofrida, onde a pessoa minimiza o seu significado, fazendo desaparecer todo e qualquer vestígio que faça recordar o falecido (Worden, 1998).



A vivência global da descrença corresponde ao tempo em que o enlutado vive uma dissociação afetiva entre o racional e o emocional: sabe que a figura de vinculação morreu, mas não consegue desfazer os laços afetivos construídos. O enlutado, incapaz de aceitar a realidade da perda na sua totalidade, pode desenvolver estratégias de negação, como o esquecer-se do acontecimento da morte, reagir em modo de fuga a tudo o que possa evocar a morte (como hospitais, cemitérios, médicos, padres), tentar manter-se ocupado ou preocupado para não pensar no luto, recordar quem faleceu constantemente através de fotografias, conservar o quarto intacto, abusar do consumo de fármacos, de álcool ou drogas (Monbourquette, 2006). Nesta fase, podem também surgir alucinações (sejam elas de natureza auditiva, visual ou onírica), 'diálogos' constantes com aquele que partiu, chamando-o, partilhando o quotidiano ou pedindo ajuda, conservação e proximidade com objetos pessoais do falecido, preservação do seu odor numa peça de vestuário ou na almofada, visualização de espaços que lembram a sua presença, datas ou efemérides associadas ao falecido, audição de música por ele apreciada e contacto com os seus amigos ou colegas de trabalho. O passado vai prevalecendo pela prática de rituais e de comportamentos que mantém a pessoa falecida 'viva dentro de si'. A saudade é profundamente marcada durante esta fase.

Detalhes das vivências específicas da descrença, como a frustração do desencontro, quando consciencializados, convertem-se em vivências específicas de reconhecimento. A descrença e o reconhecimento são sentidas de forma complementar, aumentando esta última vivência à medida que a anterior se vai esvaziando. A tarefa essencial consiste em reconhecer a realidade da perda, permitindo que o falecido seja 'sepultado emocionalmente'. Há um aumento do grau de consciência da perda e uma progressiva abertura para a realidade. Durante este período podem ocorrer várias manifestações como a raiva, a culpa, o desapego em relação à vida ou episódios depressivos e, sendo vivenciada até à exaustão, a desorganização emocional. Nesta terceira fase, a maioria destas reações insere-se dentro da normalidade; contudo, a sua persistência e o grau de intensidade poderá determinar a necessidade ou não de um apoio clínico. A vastidão da perda é de tal ordem que o organismo tende a ativar certas barreiras ou resistências, como que a conceder tempo e espaço para a progressiva tomada de consciência do sucedido, sentindo o enlutado as emoções características do luto (Pangrazzi, 1999). Uma vez que há a probabilidade de surgirem doenças físicas e mentais associadas e um claro aumento da mortalidade - há quem lide com a dor recorrendo ao álcool ou a drogas, a tranquilizantes ou a atividades desgastantes - esta

sintomatologia física deve ser acompanhada de perto e tratada adequadamente (Pangrazzi, 1999).

Por fim, o enlutado começa aos poucos a adaptar-se, a reorganizar-se e a criar uma nova identidade, ou seja, a acumular um conjunto vasto de detalhes de vivência de superação, permitindo-lhe reconstruir um novo equilíbrio de vida. A superação pode ganhar forma através da aceitação da perda ou da conformação com esta. Por aceitação, mais usual na viuvez, implica uma desvinculação até que todos os momentos partilhados, imagens tidas e memórias passem a ser “doces recordações”; por conformação, uma alternativa à aceitação e que é mais comum em casos de perda de filhos, e em que o enlutado não aceita a morte, mas conforma-se com ela, permanecendo “uma sensação agriçoce” para o resto da vida (Rebelo, 2013:134).

A solidão transforma-se em ‘mágoa de privação’ e é feita a aprendizagem de um novo dia-a-dia, onde se atingirá o bem-estar necessário para uma identificação saudável com o falecido. O enlutado distancia-se emocionalmente em relação à perda sofrida: já aceitou a inevitabilidade da morte, inicia a extinção da dor e do sofrimento associado à perda e estabelece novos elementos de vinculação, superando, assim, o luto. A integração saudável da perda permitirá que as memórias permaneçam na vida do enlutado, sem constituírem motivo de sofrimento nem interferirem em possíveis vinculações futuras.

A forma como cada uma destas quatro vivências se desenvolve depende da natureza e da gravidade do luto, da pessoa que faleceu, das causas e circunstâncias da sua morte, da capacidade da pessoa enlutada em estabelecer novas vinculações e de reagir a situações de pressão, bem como das circunstâncias psicológicas e sociais que afetaram a pessoa enlutada (Bowlby, 1984).

### **1.2. Luto adiado, retardado, crónico e complicado**

Para além do processo de luto considerado normal, pode ainda distinguir-se o i) luto adiado, o ii) luto retardado, o iii) luto crónico e o iv) luto complicado. (Bowlby, 1984; Worden, 1998)

O i) luto adiado tem lugar quando as expressões de luto são suprimidas. Em todas as situações, este adiamento deve-se ao não reconhecimento real da perda, quando, por exemplo, não é

encontrado o corpo da pessoa que faleceu ou este se encontra demasiado mutilado (Bowlby, 1984). No entanto, pequenos acontecimentos ou o confronto com um objeto, uma lembrança ou uma fotografia podem posteriormente desencadear reações intensas e desproporcionadas de luto, mesmo que seja ao fim de alguns anos após a perda. No que diz respeito ao ii) luto retardado, este manifesta-se pela ausência de pesar consciente, mais ou menos prolongada, continuando o enlutado a organizar a sua vida quase como antes; pode ser considerado como uma extensão, patologicamente prolongada, da fase de torpor. Todavia, nas situações de luto retardado a pessoa tende, mais cedo ou mais tarde, a desenvolver uma depressão aguda e que importa tratar (Bowlby, 1984). Em relação ao iii) luto crónico, este caracteriza-se por uma reação exageradamente prolongada no tempo e sem uma conclusão satisfatória. A imagem estereotipada deste luto surge na figura da 'viúva vestida de negro para toda a vida', cumprindo um dever perpétuo. Neste caso, o enlutado revela-se incapaz de se reintegrar socialmente, encontrando-se constantemente absorvido pelas recordações da perda no passado, e apresenta-se desligado do presente. Cada aniversário pode provocar o reaparecimento de pensamentos e sentimentos experimentados por ocasião da morte, como aflição, tristeza, culpa e agressividade associadas às lembranças do falecido, permanecendo o enlutado neste registo, de forma inalterável, durante meses ou anos consecutivos (Worden, 1998). Por fim, o iv) luto complicado (psicopatológico) desenvolve-se quando as reações à perda adquirem tal intensidade que requerem tratamento profissional adequado, exigindo, por vezes, o internamento psiquiátrico. Sentir-se deprimido e sem esperança depois da perda de alguém querido é uma reação normal e saudável, sempre que seja um fenómeno transitório. Porém, a dor pode evoluir para sintomas de depressão, assumindo contornos de irracionalidade, acompanhado de elementos de depressão clínica, tornando-se necessário intervir profissionalmente. A dor complicada (patológica) pode dever-se a várias circunstâncias como à somatização e identificação com o falecido, à idealização persistente do falecido, ao sentimento de culpa, raiva e abandono, à ansiedade sob a forma de ataques de pânico e fobias, à dependência de álcool ou de substâncias químicas (medicamentos, drogas), à hiperatividade sem sentimento de perda, causando graves perturbações das atividades quotidianas (Bowlby, 1984).

Porém, mesmo na ausência de vulnerabilidade pessoal, existem fatores de risco no luto suscetíveis de o transformar noutro luto que não o normal, no complicado, devendo ser diagnosticados precocemente, a fim de prevenir a sua ocorrência.

### **1.3. Processo de luto por morte esperada ou súbita**

A forma como se vivencia o luto prende-se também com as circunstâncias e contextos em que ocorre a perda (Barbosa & Neto, 2006): por morte esperada ou súbita, por perda de um relacionamento não reconhecido socialmente, por morte violenta (a que envolve a ação humana, como é o caso do suicídio ou assassinio) ou por existência de múltiplas perdas.

Quando a perda é esperada, a reação ao luto é antecipada, sendo as manifestações posteriores à perda menos intensas. Toma-se consciência do significado da perda próxima, dando tempo para a elaboração do pesar e para a organização da vida quotidiana após a morte. Neste tipo de perda, constata-se uma necessidade em eliminar algum sentimento de alguma culpa que daí tenha advindo (Kubler-Ross, 2002).

No que respeita aos vínculos estabelecidos, há contextos em que estes não são reconhecidos socialmente, pelo que não podem ser expressos, havendo a impossibilidade da pessoa em participar nos rituais da morte e em não poder partilhar a perda com terceiros, resultando daí um penoso isolamento social (Parkes, 1998; Worden, 1998). São exemplo os relacionamentos sustentados em vínculos extraconjugais, entre homossexuais (se bem que, cada vez em menor grau), entre ex-cônjuges ou amantes (enlutados não reconhecidos), ou ainda vínculos não reconhecidos como a morte perinatal (aborto ou de recém-nascido), morte de animal de estimação, perda de estatuto social ou ainda casos sem morte (como em doentes de Alzheimer), podem originar situações de luto que necessitem de aconselhamento profissional complicado.

Em relação à morte considerada violenta, como é o caso da morte por suicídio, o enlutado tende habitualmente a vivenciar sentimentos de vergonha e de culpa devido ao estigma social que este tipo de morte acarreta, o que dificulta o processo de luto e contribui para um maior isolamento. É um luto caracterizado pela dúvida constante sobre as reais motivações do suicida e pelo que se poderia ter feito para evitar essa morte. Estes enlutados frequentemente sentem-se abandonados por alguém que escolheu morrer, passando a ser mais vulneráveis a sentimentos e pensamentos suicidas (Pangrazzi, 2005).

## **2. Luto por perda de um filho**

A perda de pessoas próximas fazem parte da vida, mas os pais esperam sempre que sejam os filhos a sobreviver-lhes, e não o contrário - “quando morre um filho, morre (...) o futuro previsto junto àquele filho, o sonho de vê-lo um profissional, pai (...) [dos] netos, a pessoa que (...) [os] acompanharia até o fim (...) [da] vida” (Zimerman, 2007: 117). Ao contrário dos filhos que, face à perda dos seus pais, designamos por órfãos, não existia até aos dias de hoje uma palavra para definir a situação inversa, a dos pais em luto por perda dos seus filhos. Neste sentido, em 2013, Rebelo, cunhou esse mesmo conceito, designando-o por *defilhar*.

### **2.1. Conceito de defilhar**

O luto provocado pela morte dos filhos, o defilhar, desperta fortes sentimentos de raiva, de culpa e de censura, sendo estas mortes vividas como uma falha na sua capacidade de dar e proteger a vida. Para muitos pais que perderam um filho, os defilhados, a realidade da perda manifesta-se pela ambivalência entre acreditar e não acreditar. Por um lado sabem que o filho morreu, mas por outro ‘não querem acreditar’. No início do processo de luto os pais tendem a concentrar em si a pouca energia disponível devido ao forte desgaste físico e emocional, não se sentindo capazes para ajudar quem quer que seja. Os sentimentos de raiva e de culpa podem ser esmagadores, permanecendo a vida inteira, afetando de modo definitivo quer a unidade familiar enquanto casal (tanto podem contribuir para a dissolução do relacionamento ou, nalguns casos, para uma maior união), quer enquanto pais, não conseguindo, na maioria das vezes, ajudar de modo eficaz outros filhos que existam, chegando mesmo a negligenciá-los (se bem que, no entender de Worden, (1998), verifica-se posteriormente a tendência para o surgimento de um instinto protetor acentuado, que quase asfixia a vida desses outros filhos).

#### **2.1.1. Diferenças de género no defilhar**

A morte de um filho leva os pais a perderem o sentido da vida, deparando-se com uma situação quase sempre estranha e nunca imaginável (Parkes et al., 2003). O sofrimento dos pais, independentemente da idade do filho, tende a ser mais intenso e prolongado do que o verificado

na morte de pessoas com outros graus de parentesco. Todavia, apesar de comum a vivência da dor, da raiva, da incompreensão, da negação e do vazio sentidos pelos dois progenitores, podem encontrar-se algumas diferenças no que respeita à forma como o luto decorre no defilhado (pai em luto) ou na defilhada (mãe em luto).

No que diz respeito ao defilhado (pai em luto), a sociedade em geral não lhe permite a expressão dos seus sentimentos de forma igual ou parecida com a da mãe, tendo este uma dificuldade muito maior em fazer um luto normal. Comporta-se, muitas vezes, como um ‘guerreiro corajoso’, cujo papel é apoiar os outros familiares. O seu foco principal tende a incidir no amparo à mãe, como se não sofresse tanto - tradicionalmente, ser homem é ser o mais forte, educado para omitir a tristeza e outras dores emocionais - devendo agir com distanciamento apesar de dilacerado pelo sofrimento. Tende rapidamente a regressar à sua vida quotidiana, adiando o processo de luto, remetendo-se ao silêncio e negando a si próprio a necessidade de expressar a sua dor, de chorar ou de pedir ajuda a alguém (APAV, 2012; Rebelo, 2013). No entanto, qualquer que tenha sido o vínculo existente entre ele e o seu filho, um pai pode sofrer tanto ou mais que uma mãe, não sendo possível medir a sua dor para as comparar.

Já no que concerne à defilhada (mãe em luto), o instinto maternal que possa possuir, associado à aptidão natural de dar à luz, levará a que invista muito de si na criação de um forte ambiente afetivo, onde os filhos encontrem apoio e segurança para crescerem e enfrentarem o mundo com confiança. A morte de um filho, seja bebé, adolescente ou adulto, gera na mãe uma sensação de perda, de falência generalizada, de responsabilidade pela quebra do prosseguimento dessa existência, levando a um período de imenso desamor, de desinteresse e de falta de apego em relação a tudo o que a rodeia, sobretudo no início do processo de luto (Rebelo, 2013). Socialmente, ao contrário do que sucede ao pai, é-lhe permitida a expressão de sentimentos e emoções, podendo exteriorizar de forma mais livre a sua dor, raiva e angústia (APAV, 2012).

Para além do vínculo criado com o filho morto ser distinto para cada elemento do casal e do respetivo apoio social ser diferente, no entender de Rebelo (2004) as diferenças entre os defilhados devem-se ainda ao carácter pessoal do defilhado(a) e às circunstâncias temporais da morte (como por exemplo, se ocorre no início da sua vida adulta, na meia idade ou na fase da velhice). Veja-se o que implica ser-se um defilhado(a) idoso(a).

## 2.2. Defilhar na velhice

As perdas que se fazem sentir na velhice (o declínio da saúde física e mental, as alterações do suporte social ou da situação financeira ou ainda a presença de mortes prematuras) implicam, por parte da pessoa idosa, uma redefinição da sua autoidentidade e de aceitação de um novo eu (*self*), por forma a encontrar um equilíbrio satisfatório que permita o seu bem-estar (Silva, 2005).

Em geral, a elaboração do processo de luto dessas perdas por parte das pessoas idosas requer sentimentos de autonomia e de controlo. Lidar com perdas nessa fase da vida pode acarretar um profundo impacto quer a i) nível psicológico quer no ii) desempenho dos papéis sociais realizados até então. Neste processo, todas as experiências vividas e todos os relacionamentos afetivo-emocionais bem-sucedidos revestem-se de uma crucial importância (Silva, 2005) nomeadamente, na necessidade de desenvolver habilidades para a autoestima. Estas permitirão encontrar os recursos necessários para suportar os acontecimentos desfavoráveis da vida e recomeçar (Galinha, 2009; Parkes, 1998; Rebelo, 2009; Twycross, 2003), assim como, lidar com as exigências que a vida vai colocando na reconstrução de papéis e na manutenção de relações sociais.

No entanto, todas estas perdas inerentes ao processo de desenvolvimento e envelhecimento acabam por ser menores quando comparadas à perda de um filho. Esta dor, embora natural, gera uma ainda maior surpresa, choque e sensação de impotência perante a vida. Cada ano que passa, mesmo que inconscientemente, as pessoas preparam-se para morrer antes dos filhos. E, segundo Leme (2002), o facto de um filho morrer primeiro provoca um sentimento de traição, acompanhado de culpa e vergonha por não estar no seu lugar, havendo um aumento da sensação de fragilidade e de abandono. Muitas vezes, para além da perda do suporte emocional, pois poderia ser alguém com quem conversaria numa fase da vida em que a solidão é perniciosa, essa vem acompanhada de outras, como por exemplo, a perda de suporte financeiro (Leme, 2002).

As pessoas idosas defilhadas podem, assim, encontrar pouca ajuda na elaboração da sua perda, faltando-lhe condições emocionais essenciais para superar o processo de luto. Quando a morte leva aqueles que são a base familiar da pessoa idosa, a criação de novos suportes e de novas vinculações a outras figuras de apego revestem-se, ainda mais, de extrema importância. No entanto, sabe-se também que algumas pessoas, idosos defilhados, quando em luto, se podem deparar com diversas dificuldades, nomeadamente, a incapacidade de falar sobre a dor que sentem, de se sentirem constrangidos e evitarem o tema da morte para não incomodar alguém

(apanágio da sociedade contemporânea ocidental, o evitar tocar em determinados assuntos, como a mortalidade) (Oliveira & Lopes, 2008; Pinheiro, Quintella & Vertzam, 2010). Como em todos os processos de luto normal, a pessoa idosa defilhada deverá ser acompanhada formal e informalmente e ter tempo para se reorganizar emocionalmente de forma a responder à necessidade de superar o isolamento, estruturar a sua identidade e recompor o seu padrão de funcionamento quotidiano (Oliveira & Lopes, 2008; Paúl, 1997; Rebelo, 2007).

### **3. Funcionalidade**

O conceito de funcionalidade define-se como a capacidade de manter as habilidades físicas e mentais necessárias a uma vida autónoma e independente, ou seja, a capacidade de executar as atividades de vida diária e decidir sobre aspetos da vida quotidiana (Gordilho, Nascimento, Silvestre, Ramos & Freire, 2001; Veras & Lourenço, 2008). Segundo alguns autores (Pestana, 2012; Portelada, 2013), também se pode descrever funcionalidade pelas suas vertentes: i) física, associada ao desempenho motor, engloba todas as atividades diárias relacionadas com o movimento, como andar, mover-se, correr, usar objetos e subir e descer escadas; ii) mental, relacionada com o desempenho sensorial e cognitivo, abrangendo a comunicação, compreensão, capacidade de aprendizagem, orientação, atenção, memória e concentração; iii) a emocional que relaciona o aspeto psicológico com o funcionamento da pessoa no seu meio e inclui os estados emocionais, sentimentos, comportamento, identidade e autoconceito; e a iv) social, relacionada com as influências culturais, condições, estilos de vida e os recursos sociais e económicos, englobando as interações sociais e os papéis que a pessoa desempenha no seu contexto social.

Por sua vez, o conceito de incapacidade, já se refere às limitações funcionais relacionadas com a pessoa e o seu meio ambiente. Não só a deficiências físicas mas também a limitações na atividade e a restrições na participação, impedindo a autonomia e a independência dentro da comunidade onde se vive (Andrade, Lebrão & Aparecida, 2007).



### 3.1. Funcionalidade na pessoa idosa

A velhice representa uma etapa do desenvolvimento individual que tende a possuir, como características principais, a perda da capacidade de adaptação, a diminuição da vitalidade e o aumento da vulnerabilidade de todas as funções individuais. Além de uma tendência para o enfraquecimento de determinadas relações sociais, tende também a emergir uma inatividade que se associa a um conjunto de reações adversas como a sensação de abandono ou de dependência, de ansiedade, conduzindo por vezes ao desenvolvimento da depressão. Por limitações funcionais, há uma perda de papéis familiares e sociais, deixando de se realizar o papel protetor de pai/mãe de família (Vargas, 1994).

O desempenho funcional da pessoa idosa tende a deteriorar-se gradualmente, decorrente do seu próprio processo de envelhecimento, aliado aos processos mórbidos que acabam por limitar no desempenho das diversas atividades da sua vida diária. Relacionadas com o conceito de funcionalidade estão então as atividades denominadas por 'Atividades de Vida Diária' (AVDs) que se subdividem em, i) atividades básicas de vida diária (ABVD), relacionadas com o autocuidado como o vestir, cuidar da higiene, alimentar-se, e em ii) atividades instrumentais de vida diária (AIVD) que designam a competência para uma vida independente dentro da comunidade onde reside e inclui a capacidade para realizar tarefas domésticas, fazer compras, preparar refeições, utilizar os meios de transporte, administrar as próprias finanças e tomar os seus medicamentos (Aparecida et al. 2007).

Com o avançar da idade, a capacidade das pessoas para realizarem essas atividades, sejam básicas ou instrumentais, tende a diminuir, e as dificuldades na realização de atividades físicas, intelectuais e sociais tendem a aumentar, ou seja, pode haver perda de funcionalidade. Este declínio funcional está normalmente associado a fatores sociodemográficos como a idade e o género, a fatores sociais, a patologias e outros fatores como a dor, a depressão e a inatividade física (Fiedler & Peres, 2008). O aumento do sedentarismo, que pode ocorrer durante o avançar do ciclo de vida é um dos principais fatores responsáveis pela perda de mobilidade e diminuição de funcionalidade. Em oposição, a prática regular de atividade física é responsável por melhorias na força e resistência muscular, contribuindo também, para um melhor equilíbrio emocional da pessoa idosa e para preservar a sua autonomia funcional (Fiedler & Peres, 2008; Pereira, Bastos, Nuca & Bós, 2012). Desta forma, tendo implicações no declínio funcional, a preocupação com o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas idosas tornou-se uma questão central. Não se trata

só de viver mais, é importante viver melhor, pois a limitação funcional tem graves implicações a nível social nas pessoas idosas, refletindo-se normalmente no aumento do consumo de cuidados de saúde com repercussões económicas quer para os próprios, quer para as suas famílias e quer para o sistema nacional de saúde (Portelada, 2013). A manutenção da funcionalidade é fundamental para garantir um envelhecimento ativo e, desta forma, minimizar os problemas que lhes possam estar associados (Spiriduso, Francis, MacRae, 2005). As pessoas idosas podem utilizar os recursos psicológicos, sociais, materiais e simbólicos que as rodeiam, para as ajudar a superar os obstáculos que vão surgindo, dependendo da sua capacidade de resiliência. Esta é revelada pela boa adaptação da pessoa, frente a situações de crise que permitem desenvolver recursos de proteção e criar mudanças de sucesso, não podendo ser considerada um atributo fixo da pessoa, pois esta pode reagir de maneiras diferentes em momentos diferentes da vida (Falcão & Bucher-Malusckhe, 2010). A perda da independência é, muitas vezes, o maior fator de risco para a mortalidade, podendo ser mais relevante que as próprias doenças que levaram à dependência. Assim, o conceito mais adequado para instrumentalizar e operacionalizar saúde da pessoa idosa, do ponto de vista da saúde pública é a capacidade funcional (Gordilho et al., 2001).

#### **4. Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF)**

Pertencendo à família das classificações internacionais desenvolvida pela Organização Mundial de Saúde (OMS, 2004), a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) é um sistema de classificação utilizado para descrever, avaliar e medir a saúde e a incapacidade quer a nível individual quer a nível populacional. É uma classificação da funcionalidade e da incapacidade do homem, agrupando de maneira sistemática os domínios da saúde e os domínios relacionados com a saúde. Pode ser aplicada em vários aspetos da saúde, proporcionando assim um sistema para a codificação de uma ampla gama de informações sobre saúde. Utilizando uma linguagem padronizada, permite um referencial comum internacional entre várias disciplinas e ciências cujo âmbito de atuação se situa na saúde e respetivos cuidados formais e informais. Tem, deste modo, múltiplas aplicações, podendo ser utilizado em diferentes áreas como ferramenta estatística, clínica, de política social ou pedagógica, entre outras. Como objetivos mais específicos, pretende ser uma ferramenta a utilizar universalmente na abordagem da incapacidade e funcionalidade humana, que nos pode proporcionar, um quadro conceptual de

referência universal assente em bases científicas; proporcionar uma linguagem comum e padronizada para aplicação universal que sirva como quadro de referência para a descrição da saúde e dos estados relacionados com a saúde, uniformizando conceitos e terminologias, de maneira a facilitar a comunicação entre profissionais, investigadores, pessoas com incapacidades, decisores políticos, entre outros; e um sistema de classificação multidimensional e de codificação sistemática para documentar as experiências de vida, o perfil funcional e de participação das pessoas, facilitando a comparabilidade entre países, entre várias disciplinas, entre serviços e em diferentes momentos ao longo do tempo.

A CIF resulta de uma revisão da Classificação Internacional de Deficiências, Incapacidades e Desvantagens (ICIDH), concebida em 1980 pela OMS, com carácter experimental. Nas classificações internacionais da OMS, os estados de saúde (doenças, perturbações, lesões, entre outros) são classificados principalmente na CID-10 (Classificação Internacional de Doenças, décima revisão), que fornece uma estrutura de base etiológica. A funcionalidade e a incapacidade associada aos estados de saúde é classificada na CIF, o que as torna complementares. A CID-10 proporciona um 'diagnóstico' de doenças, perturbações ou outras condições de saúde sendo complementado pelas informações adicionais fornecidas pela CIF sobre funcionalidade. Em conjunto, as informações sobre o diagnóstico e funcionalidade que fornecem dão uma imagem mais ampla e mais significativa da saúde das pessoas e da população.

Introduzindo uma mudança do modelo puramente médico (CID-10) para um modelo biopsicossocial da funcionalidade e incapacidade humana, a CIF define estes conceitos como multidimensionais e interativos que relacionam a anatomia e fisiologia do corpo ('Funções e Estruturas do Corpo'), as atividades e tarefas realizadas pela pessoa e as diferentes áreas da vida nas quais participam ('Atividades e Participação') e os fatores do meio-ambiente que influenciam essas experiências ('Fatores Ambientais'). Dentro de cada componente, os domínios são agrupados de acordo com as suas características comuns (tais como, origem, tipo ou semelhança) e ordenados segundo essas características. A grande diferença entre a CIF e as classificações anteriores encontra-se na possibilidade de poder descrever o impacto que os fatores contextuais têm, como facilitadores ou barreiras, na funcionalidade das pessoas. A funcionalidade é então considerada como um termo que engloba todas as funções do corpo, atividades e participação, podendo indicar-se os aspetos positivos ou facilitadores. De forma similar, a incapacidade é um termo que inclui deficiência, limitação de atividade ou restrição na participação, podendo indicar-

se os aspetos negativos ou barreiras. A CIF relaciona então os fatores contextuais (ambientais e pessoais) que interagem com todos estes constructos. A funcionalidade e incapacidade de uma pessoa são assim concebidas, como uma interação dinâmica entre os estados de saúde (doenças, perturbações, lesões, etc.) e os fatores contextuais (fatores ambientais e pessoais). A incapacidade não é um atributo da pessoa, mas sim um conjunto complexo de condições que resulta da interação pessoa-meio e funciona em dois sentidos, pois a presença da deficiência pode modificar até a própria condição de saúde. Ao inferir uma limitação da capacidade devido a uma ou mais deficiências ou uma restrição de desempenho por causa de uma ou mais limitações, é importante explorar as associações e ligações casuais entre eles. Exemplificando, uma pessoa pode ter deficiências sem limitações de capacidade (uma desfiguração) ou ter problemas de desempenho sem deficiências ou limitações de capacidade (estigmas ou discriminação nas relações interpessoais ou no trabalho).

A informação encontra-se então organizada estruturalmente em duas partes: (1) Funcionalidade e Incapacidade e (2) Fatores Contextuais, e diferencia nove conceitos: i) Funções do Corpo, funções fisiológicas dos sistemas orgânicos (incluindo as funções psicológicas ou da mente); ii) Estruturas do Corpo, partes anatómicas do corpo, tais como, órgãos, membros e seus componentes; iii) Deficiências, problemas nas funções ou estruturas do corpo, tais como, um desvio importante ou perda; iv) Atividade, execução de uma tarefa ou ação por uma pessoa; v) Participação, envolvimento de uma pessoa numa situação da vida real; vi) Limitações da Atividade, dificuldades que uma pessoa pode ter na execução de atividades; vii) Restrições de Participação, problemas que uma pessoa pode enfrentar quando está envolvido em situações da vida real; viii) Fatores ambientais, constituem o ambiente físico, social e atitudinal em que as pessoas vivem e conduzem a sua vida; ix) Fatores Pessoais, representados pela idade, sexo, personalidade, educação, profissão, ou seja, o histórico particular e o estilo de vida de uma pessoa, que interferem no modo de lidar com a doença e as suas consequências (encontram-se representados mas não são classificados na CIF devido à grande variabilidade social e cultural). Os vários componentes estão classificados por categorias, existindo uma lista com mais de 1400 categorias, mutuamente exclusivas e que formam unidades de classificação organizadas hierarquicamente. Podem existir quatro níveis, que se diferenciam de forma progressiva quanto à sua precisão ou especificidade.

A CIF utiliza um sistema alfanumérico, utilizando as letras b (de *body*) para Funções do Corpo, s (de *structure*) para Estruturas do Corpo, d (de *domain*) para domínios dentro do componente Atividade e Participação e e (de *environment*) para Fatores Ambientais. Essas letras são seguidas por um código numérico que começa com o número do capítulo (um dígito), seguido pelo segundo nível (dois dígitos) e o terceiro e quarto níveis (um dígito cada). As categorias organizam-se de maneira a que as mais amplas sejam definidas de forma a incluir subcategorias mais detalhadas. Em cada opção existe uma definição pormenorizada de cada categoria descrevendo os atributos essenciais de cada domínio, assim como condições de inclusão ou exclusão, o que facilita a opção das diferentes unidades de classificação.

No final de cada grupo de itens de terceiro e quarto níveis e, no final de cada capítulo, estão as categorias 'não especificado' (código com final 8) que permitem a codificação de aspetos da funcionalidade que não estão incluídos em nenhuma das outras categorias específicas e, neste caso, deve ser utilizada informação adicional. De igual forma, as categorias de cada conjunto de itens de terceiro e quarto níveis, e no final de cada capítulo, são as categorias "não especificado" (código final 9) que permitem a codificação de funções que se ajustam a um grupo, mas para as quais as informações não são suficientes para permitir a designação de uma categoria mais específica mas, neste caso, não é necessária qualquer informação adicional. Os códigos da CIF requerem o uso de um ou mais qualificadores que indicam, por exemplo, a gravidade do problema (sem problema, ligeiro, moderado...). Sem qualificadores os códigos não têm significado. Ter um problema pode significar uma deficiência, limitação, restrição ou barreira, dependendo do constructo. Podem ser ainda utilizados qualificadores adicionais, quando se torna apropriado ou útil acrescentar outro tipo de informações à codificação de cada item.

Devido ao grande número de categorias, a classificação pode tornar-se exaustiva, o que levou a OMS a desenvolver versões mais curtas (*short versions*), denominadas *core sets*, que facilitam a sua aplicação. Um *core set* abreviado da CIF para uma condição específica inclui o menor número possível de categorias, mas tantas quantas forem necessárias para descrever de forma completa os problemas na funcionalidade de indivíduos com uma determinada condição. A sua aplicação é mais prática, podendo ser utilizada por qualquer profissional das áreas da saúde e social adequadamente treinado. São alguns exemplos de *Core Sets* já validados em consensos internacionais, o *core set* para a dor crónica generalizada, para a *diabetes mellitus* ou para a obesidade.

## **OBJETIVOS E METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO**

Neste capítulo descrevem-se os objetivos gerais e específicos do estudo, as considerações éticas tidas em consideração, bem como a metodologia utilizada na investigação – a amostra, os procedimentos do trabalho de campo, os instrumentos de recolha de dados e a análise de dados efetuada.

### **1. Objetivos do estudo**

Este estudo tem um objetivo geral e dois objetivos específicos, descritos de seguida.

#### **1.1. Objetivo geral**

O presente estudo tem como principal finalidade mapear, no âmbito da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), o processo de superação do luto pela perda de um(a) filho(a) em mulheres (defilhadas) com idade igual ou superior a 60 anos e que vivem na comunidade.

#### **1.2. Objetivos específicos**

Os objetivos específicos deste estudo são dois:

- Identificar estratégias de superação do processo de luto na perda de um(a) filho(a).
- Categorizar as estratégias adotadas na superação do processo de luto na perda de um(a) filho(a) no âmbito da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

## **2. Metodologia**

Neste item apresentam-se o desenho do estudo, a seleção da amostra, os procedimentos adotados e os instrumentos utilizados.

### **2.1. Desenho do estudo**

Segundo Yin (2010), pode definir-se metodologia como o estudo dos métodos ou a arte de dirigir o espírito da investigação, sendo um método entendido como um conjunto específico de procedimentos, técnicas, ferramentas e documentação a ser usado na resolução particular de um problema.

Para Fortin (1999), a abordagem qualitativa visa a observação, descrição, interpretação e apreciação do fenómeno e do meio, tal como se apresenta, sem procurar controlar ou generalizar. O investigador deve estar preocupado com a compreensão absoluta e ampla do fenómeno em estudo e, para tal, assumir que quem participa está dotado de uma experiência e saber pertinentes que devem ser conhecidos e compreendidos. Também se caracteriza pela recolha e análise de dados não numéricos, durante um determinado período de tempo, com o objetivo de situar o seu significado num contexto particular (Bogdan et al., 1994; Jacob, 2005). A pesquisa realizada por meio de narrativas de vida têm tido um desenvolvimento crescente, podendo assumir diversas formas, como memórias, crónicas ou registo oral (gravadas em áudio ou vídeo), passando a ser testemunhos vivos de épocas e períodos históricos. Segundo Chamberlayne, Bornat, e Wengraf (2000), a narrativa privilegia uma organização temporal causal, o que permite alcançar a complexidade das interpretações que as pessoas fazem das suas vivências, ações, sucessos e insucessos e dos problemas, desafios e dilemas com que são confrontadas. Uma vez que se pretendeu estudar as vivências das participantes e que os dados recolhidos foram vividos e testemunhados pelas mesmas, este estudo insere-se numa abordagem qualitativa, do tipo transversal descritivo e, visto ter-se procurado analisar a relação entre variáveis (luto e CIF), o presente estudo também assumiu um carácter exploratório.

### **2.2. Seleção da amostra**

A amostra foi do tipo não-probabilística, objetiva, de conveniência, constituída por 8 mulheres com mais de 60 anos, residentes numa comunidade e a quem faleceu um filho.

A seleção da amostra obedeceu aos seguintes critérios de seleção: i) terem uma experiência vivencial de luto por perda de um filho, ii) terem mais de 60 anos de idade, e iii) viverem na comunidade. Como critérios de exclusão foram definidos: i) a incapacidade para perceber o que iria ser realizado ou a impossibilidade de assinar o consentimento informado, livre e esclarecido e ii) obter uma pontuação igual ou superior a 4 no instrumento de avaliação cognitiva - "*Short Portable Mental Status Questionnaire*" - (SPMQ; Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental), utilizado para despiste do declínio cognitivo.

### **2.3. Considerações éticas**

O estudo foi submetido e aprovado pelo Observatório de Luto em Portugal, tendo obtido parecer favorável à sua realização (anexo III).

Todos as participantes do estudo foram voluntárias e assinaram uma declaração de consentimento informado, livre e esclarecido (anexo I), depois de lhes serem explicados oralmente os objetivos do estudo e de serem informadas de que o poderiam abandonar em qualquer altura, sem dar qualquer justificação e sem que daí resultasse qualquer penalização.

As informações sobre o estudo foram facultadas quer oralmente, quer através de uma folha informativa desenvolvida para o efeito (anexo II). Foi garantido o anonimato a todas as participantes, assim como a confidencialidade dos dados.

### **2.4. Procedimento da recolha dos dados**

Para o desenvolvimento deste estudo foram cumpridas duas fases: uma primeira, (1) quando se procedeu ao contacto com as potenciais participantes que reuniam as condições pretendidas e uma segunda, quando se procedeu à (2) aplicação do protocolo para recolha de dados.

Na primeira fase, a investigadora explicou a finalidade do estudo, o seu procedimento e o fim a que o mesmo se destinava a cada participante. Após estarem devidamente esclarecidas sobre os objetivos do estudo e obtido parecer favorável, foi-lhes questionado novamente o seu interesse em participar no estudo, expondo toda a informação. De seguida, foi-lhes pedido que assinassem



o consentimento informado, livre e esclarecido (anexo I) e aplicou-se o *Short Portable Mental Status Questionnaire* (SPMSQ; Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental) (anexo II); todas as participantes obtiveram uma pontuação necessária para se considerarem elegíveis para o estudo (igual ou inferior a 4). Desta forma, todas as participantes cumpriram os critérios de inclusão e aceitaram participar no estudo, assinando o necessário consentimento informado, livre e esclarecido.

Terminada esta fase iniciou-se a segunda, a da recolha de dados, aplicando-se o protocolo onde se incluíam questões relativas aos dados sociodemográficos e o Inventário de Luto Complicado.

Todos estes dados foram registados numa folha realizada para o efeito (Anexo II).

A recolha de dados foi efetuada no período de janeiro a julho de 2015. As recolhas de dados foram sempre marcadas com antecedência e segundo a vontade das próprias em serem recebidas no local, dia e hora da sua preferência. Todas as aplicações do protocolo foram realizadas no domicílio das participantes, exceto uma, realizada no Santuário de Schoenstatt por opção da participante.

Os dados foram recolhidos com recurso ao áudio gravador digital, o que permitiu o registo da narrativa pelas próprias palavras das participantes. Houve a preocupação de se respeitarem as técnicas de comunicação, dando liberdade às participantes para se expressarem livremente, assim como se respeitaram os seus silêncios. Sempre que não foi perceptível a resposta, considerou-se necessário, introduzir outras questões com vista ao esclarecimento de dúvidas.

A transcrição integral das gravações foi realizada o mais cedo possível, utilizando expressões e termos gramaticais proferidos, garantindo maior fidelidade possível do que foi dito. Quanto à sua duração, as aplicações do protocolo tiveram uma média de 44 minutos, tendo a mais curta 12 minutos e a mais extensa de 83 minutos.

Segue-se a descrição detalhada do protocolo e seus procedimentos de aplicação.

## **2.5. Instrumentos utilizados**

No desenvolvimento do estudo foram utilizados os seguintes instrumentos: (1) *Short Portable Mental Status Questionnaire* (SPMSQ; Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental), (2) Questionário de caracterização sociodemográfica, (3) Inventário de luto complicado (Frade e Rocha, 2010), (4) Entrevista semiestruturada.

### 2.5.1. Breve Questionário Sobre o Estado Mental – 10 itens

Trata-se de um questionário desenvolvido em 1975 por Pfeiffer (10-item *Short Portable Mental Status Questionnaire*, traduzido e adaptado por Rodrigues, 2008), com o objetivo de avaliar o funcionamento mental, através da determinação da existência ou não de deterioração cognitiva (Pfeiffer, 1975). Trata-se de um inquérito simples e breve (10 itens) que avalia as seguintes funções: orientação espaço temporal, memória recente e remota, abstração, cálculo e atenção. A avaliação deste instrumento baseia-se nas seguintes pontuações: 0-2 erros, funcionamento mental normal; 3-4 erros, defeito cognitivo ligeiro; 5-7 erros, defeito cognitivo moderado; 8 ou mais erros: defeito cognitivo grave. Mais de quatro erros no questionário indicam que o entrevistado não pode prestar informações. No entanto, estudos demonstraram que o facto do inquirido errar mais de quatro respostas não indica que esteja necessariamente inapto a responder ao restante questionário. Na maioria das vezes, os erros podem indicar falta de informação ou ansiedade (Fillenbaum et al., 1999; Rodrigues, 2008). Aceita-se mais um erro na pontuação se a pessoa tiver frequentado o ensino básico ou inferior e menos um erro se tiver frequentado o ensino secundário ou superior. Nestes casos, a decisão final de prosseguir ou não com o estudo deve ser deixado ao critério do entrevistador. Optou-se por este instrumento devido à sua brevidade de preenchimento e disponibilidade de tradução para português europeu. Este instrumento foi aferido à população portuguesa, pela sua inclusão como parte A no instrumento OARS (*Older Americans Resources and Services Program*), em particular na componente *Multidimensional Functional Assessment Questionnaire* que avalia, em termos funcionais as áreas de saúde mental, recursos sociais, recursos económicos, saúde física e atividades de vida diária. A participação de 302 idosos (147 residentes em estruturas residenciais e 155 utentes de centros de dia, pertencentes à região centro de Portugal) resultou no Questionário de Avaliação Funcional Multidimensional de Idosos (QAFMI), cuja validação psicométrica incluiu a avaliação da coerência interna, a validade da construção da versão em português europeu, a validade de critério e a reprodutibilidade (Rodrigues, 2008). Para verificar a coerência interna e a validade de construção da adaptação da versão portuguesa foi realizada a análise fatorial dos itens subjetivos (alfa de Cronbach superior a 0.80, o que indica uma boa consistência interna), agrupando-os tal como na versão original.

### 2.5.2. Questionário de caracterização sociodemográfica

Elaborado para o presente estudo pretendeu recolher dados referentes à idade, sexo, estado civil, escolaridade, localização geográfica, quantos filhos tem, quando faleceu o filho(a), se foi morte súbita ou esperada, se toma medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos e, se sim, há quanto tempo.

### 2.5.3. Inventário de Luto Complicado (ILC)

Composto por 19 itens centrados no momento presente, o Inventário de luto complicado (ILC) (*Inventory of Complicated Grief*; traduzido e adaptado por Frade e Rocha, 2010) foi desenvolvido em 1995 por Prigerson e colaboradores. É um instrumento de avaliação de sintomas de luto, que auxilia na discriminação entre luto complicado, quando o resultado obtido for superior 25 e não complicado. Utiliza uma escala tipo *Likert*, com quatro hipóteses de resposta (0 = “nunca”; 1 = “raramente”; 2 = “às vezes”; 3 = “muitas vezes”; 4 = “sempre”). Tem como finalidade avaliar variáveis preditivas do luto patológico, designadamente a raiva, a descrença e as alucinações (e.g., “Eu ouço a voz da pessoa que morreu a falar comigo...” ou “Desde que ele faleceu, é-me difícil confiar nas pessoas...”). O instrumento original, que revelou possuir uma alta consistência interna ( $\alpha = 0.95$ ) (Prigerson & Maciejewski, 2008), foi traduzido e validado para a população portuguesa por Frade e Rocha (2010). No seu estudo participaram 127 estudantes universitários ( $M=19.9$ ;  $SD=1.90$ ). Os resultados abordaram características gerais da escala, fidelidade (alfa de Cronbach igual a 0.91) e validade (5 fatores explicam 68.9% da variância, correlações com a sintomatologia: depressiva, com  $r$  igual a 0.50 e traumática com  $r$  igual a 0.53). A análise fatorial confirmatória revelou um satisfatório ajustamento global  $X^2/df=1.709$ ;  $CFI=0.97$ ;  $RMSEA=0.075$ ;  $AGFI=0.91$ ;  $NFI=0.92$ . Estes resultados revelaram boas características psicométricas da versão portuguesa.

### 2.5.4. Entrevista semiestruturada sobre a experiência vivencial do luto

O guião da entrevista semiestruturada sobre a experiência vivencial do luto é constituído por dois momentos, centrando-se o primeiro momento em experiências de vida antes da perda do filho(a), o meio envolvente, as relações familiares e a maneira de ser das participantes. O segundo

momento, sendo a fase central da entrevista, é constituído por seis questões: o que mudou na sua vida; como fez ou faz a superação da dor; que estratégias adotou ou adota para viver no dia-a-dia; que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu ou recebe; o que mais gosta de fazer e o que menos gosta de fazer depois dessa perda; que focam essencialmente o que mudou e as estratégias percebidas nas tentativas de superação após a perda sofrida.

### **3. Análise dos dados**

A análise dos dados recolhidos efetuou-se a partir das informações gravadas em formato áudio gravador digital. As gravações foram ouvidas e transcritas na íntegra. A transcrição foi posteriormente conferida com as gravações originais, o que implicou múltiplas audições e leituras das transcrições realizadas, de forma a aproximá-las o mais possível às narrativas proferidas. Estas valorizam as dimensões pessoais, os afetos, os sentimentos e os percursos de vida das participantes. Apesar de se poder encontrar sempre novos dados com a realização de mais uma entrevista (Streubert & Carpenter, 2002) considerou-se ter atingido o ponto de saturação dos dados quando passaram a ser semelhantes entre si, ou seja quando nenhum novo elemento acrescentou o número de propriedades do objeto investigado, deixando de ser necessárias mais observações (Thiry-Cherques, 2009). De maneira a preservar a confidencialidade e o anonimato das participantes, todas as transcrições foram codificadas com recurso à sigla “ID” e com o número referente à ordem em que foi realizada (de ID1 a ID8).

De seguida passa-se à apresentação e leitura dos resultados obtidos no presente estudo.

## APRESENTAÇÃO E LEITURA DOS RESULTADOS

Neste capítulo procede-se à apresentação dos resultados obtidos no presente estudo, dividido em quatro partes. Numa primeira, apresenta-se a 1) caracterização geral da amostra (análise dos dados sociodemográficos, história pessoal até ao falecimento do(a)s filho(a)s); numa segunda parte, será apresentada a 2) uma caracterização breve das histórias de vida antes do falecimento do(a) filho(a); numa terceira o 3) mapeamento dos dados relativos à superação do processo de luto narrados tendo por base o referencial CIF; e numa quarta parte, a 4) análise dos resultados obtidos em comparação com a *Checklist* geral da CIF. Ao longo deste capítulo procede-se à leitura dos resultados, apontando possíveis interpretações para os mesmos.

### 1. Caraterização geral da amostra

A amostra é constituída por 8 mulheres cujo falecimento do filho ou da filha variava, à data da aplicação do protocolo, entre os 3 meses e os 31 anos de perda ( Tabela 1). A sua média de idade era de 73 anos, tendo a participante mais nova 63 anos e a mais velha 83 anos. Sete participantes residiam no distrito de Aveiro - seis em área urbana (residentes nas freguesias da Glória e Vera Cruz, Mourisca do Vouga, Vagos, duas na freguesia da Gafanha da Nazaré) e uma das participantes em área rural (freguesia da Gafanha da Encarnação). Uma outra participante residia no distrito do Porto, em área urbana, na freguesia de Paços de Ferreira.

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica da amostra

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8
<b>Género</b>	F	F	F	F	F	F	F	F
<b>Idade</b>	69	76	65	73	63	74	69	83
<b>Estado Civil</b>	Div.	Viúva	Casada	Viúva	Casada	Casada	Viúva	Viúva
<b>Escolaridade</b>	1º CEB	ESup	1º CEB	1º CEB	1º CEB	1º CEB	1º CEB	Analf.
<b>Nº de Filhos</b>	3	4	2	5	2	5	4	4
<b>L. Geográfica</b>	Urbano	Urbano	Urbano	Urbano	Urbano	Urbano	Urbano	Rural
<b>Falecimento</b>	2002	2003	1993	2004	1984	1988	2015	1996
<b>Tipo de morte</b>	Súbita	Súbita	Súbita	Esperada	Súbita	Súbita	Esperada	Súbita
<b>Medicação</b>	Sim	Não	Não	Não	Não	Não	Sim	Não

Em relação ao estado civil, uma das participantes era divorciada, três casadas e quatro viúvas. O número de filhos que tinham variou entre os dois e os cinco filhos, estando incluídos nesta contagem o filho ou a filha falecidos. Quanto à escolaridade, uma das participantes não tinha frequentado qualquer nível, uma tinha a 2ª classe, cinco tinham a escola primária completa e apenas uma era licenciada. Somente dois dos falecimentos foram esperados, sendo os restantes seis, mortes súbitas. Dentro destes, dois dos falecimentos, considerados pelas participantes como morte súbita, ocorreram num curto intervalo de tempo: 41 dias (aplasia medular galopante) e 3 meses (coma após acidente de motorizada). Apenas duas das participantes tomavam medicação antidepressiva à data da aplicação do protocolo; seis iniciaram medicação antidepressiva após o falecimento, uma já a fazia antes do falecimento e outra das participantes nunca tomou qualquer tipo de medicação.

## 2. Caracterização breve da amostra: a história pessoal até ao falecimento do(a)s filho(a)s

Apresenta-se ainda como caracterização da amostra uma breve síntese das histórias de vida narradas. O teor das entrevistas variou bastante de participante para participante. Algumas praticamente nada referiram sobre como era a vida antes da perda dos filhos ou, se o fizeram, foi de forma muito abreviada. Outras participantes, pelo contrário, gostaram de falar do passado e muito pouco do presente. O que não varia em nenhuma delas é a narrativa da perda, sendo sem dúvida, o pior momento e o mais marcante de todas as suas vidas. Reviver o processo de explicar a causa da morte dos seus filhos foi-lhes muito penoso, sendo a maioria das narrativas

particularmente emotivas. Utilizam-se alguns excertos para proporcionar uma visão muito geral de como as participantes caracterizam a sua vida antes da perda sofrida, recorrendo-se a quatro categorias identificadas pelas próprias participantes como marcos na sua vida: i) vida em solteira, ii) durante o casamento, iii) após o nascimento dos filhos e, por fim, iv) as circunstâncias da perda sofrida.

A i) vida em solteira é referenciada por algumas das participantes como sendo boa: *“Em solteira foi uma vida boa”* (ID1), mas de muito trabalho: *“Como eu na escola não dava nada, não dava nada na escola, a minha mãe ‘anda cá, anda cá para a pedreira!’ (...) Eu já estava lá na pedreira e depois é que nascia o sol e a gente ali, sentada, punha-se o sol e a gente ali...”* (ID7).

Depois de casarem (ii), continuam com uma vida de muito trabalho, existindo em alguns casos problemas na relação com o marido: *“Depois casei, tive dois anos... três... mais ou menos feliz, de resto não, não era feliz”* (ID1); *“Apanhava muita pancada do meu marido!”* (ID4); *“Havia um problema na minha casa, que o meu marido bebia”* (ID5).

No entanto, iii) após o nascimento dos filhos, todas as participantes se sentiram felizes e consideraram que tinham famílias felizes: *“Sentia-me feliz com os meus filhos.”* (ID1); *“Nós éramos uma família muito feliz. Éramos felizes!”* (ID3); *“Era uma família grande, toda muito unida”* (ID6).

As iv) circunstâncias da perda sofrida são descritas ao pormenor na maioria das narrativas e sempre associadas a grande emoção, tenham ocorrido recentemente ou há muito tempo: *“Tinha muita dor de cabeça, sempre, muita (...) Começou a ficar assim com a cor um bocadinho azulada... (...) Quando o INEM lá chegou ele já estava cadáver”* (ID1); *“Fui na 5ª feira, acordá-lo para tomar o pequeno-almoço (...) pus-lhe o pé para dentro e senti o pé realmente bastante frio (...) Como ele não respondia, pus-lhe a mão assim no cabelo (...) e senti-lhe o cabelo húmido... assim uma humidade fria (...) chamei o 112 a pedir ajuda (...) faleceu a meio da noite!”* (ID2); *“Foi andar de mota! (...) Esteve em coma (...) O médico uma vez chamou-me e disse que vamos pedir a Deus o melhor para ela, porque se ela viver vai ficar em coma vegetativo... e foram convencendo, convencendo, até que pronto... o dia chegou...”* (ID3); *“Foi cancro (...) Quando foi para o hospital eu já sabia que ela estava muito mal porque ela nunca se quis tratar. A vida dela nunca foi uma vida linda... Ela andava de bebé nessa altura...”* (ID4); *“Ia fazer 19 (...) Foi uma aplasia medular galopante... (...) de repente ele apareceu-me com aquelas manchas no corpo (...) foi à médica e no espaço de 41 dias ele faleceu! Tinha a medula completamente seca (...) Ele morreu a falar para nós na hora da visita...”* (ID5); *“Foi apanhado pelo camião... foi arrastado pelo camião! (...) A*

*minha sobrinha foi vê-lo e diz que ele ainda tinha as mãos assim com as luvas (fecha as mãos como se estivesse a agarrar um guiador) de estar a prender a motorizada, a força que fez para a motorizada...” (ID6); “No intestino (cancro) (...) O meu filhinho era tanta, tanta... era morfina enfiada pela barriga, era nas coxas, era em selos... (...) Eu abandonei tudo... (...) Eu soube logo ali (...) que era gravíssimo! Fazer um tratamento, ir e vir... para mim era o grave, era isso, não era eu ficar sem o meu filho em tão pouco tempo!” (ID7); “Foi acidente. (...) Foi de carro. (...) Bateram-lhe e fugiram! (...) Ela ficou logo morta, que eu quando vi a minha menina com a cabeça...” (ID8).*

Ressalta-se que esta caracterização breve da história pessoal da amostra até ao falecimento do(a)s filho(a)s tem correspondência com a dimensão ‘Fatores Pessoais’ da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

### **2.1 Inventário de Luto Complicado (ILC)**

Os resultados obtidos no instrumento de avaliação de luto complicado indicam que apenas duas das participantes se encontram num processo de luto normal (pontuação de 17 e 24), estando as restantes em luto complicado (com pontuações de 31 a 62). Como salientam Prigerson e colaboradores (1995), existem perdas tão significativas ou traumáticas que por não serem resolvidas podem resultar em processos de depressão grave.

## **3. O processo de superação do luto mapeado à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF)**

Passa-se a apresentar os resultados obtidos pela análise das entrevistas semiestruturadas sobre o processo vivencial do luto às questões referentes às alterações ocorridas depois do falecimento. Após a sinalização das ideias centrais, compreendendo as narrativas de forma a poder interpretar os seus significados, consideraram-se as alterações físicas, psicológicas e/ou sociais percecionadas pelas defilhadas após os falecimentos, classificando (mapeando) o conteúdo das entrevistas com base no referencial da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF). Neste sentido, procedeu-se a quatro tipos de análise: 1) por categorias de análise previamente definidas; 2) por componentes da CIF, 3) por cruzamento de componentes da CIF *versus* categorias de análise previamente definidas e 4) por comparação à *Checklist* geral da CIF.



Ressalva-se que alguns dos excertos retirados das respostas considerados relevantes nas primeiras três análises, não se conseguiram classificar pela CIF. Foram identificados como classificação 'nd' (não determinado), tendo sido adotadas duas das quatro classificações concebidas por Cieza e colaboradores (2005) e qualificados em duas naturezas: não determinado em qualidade de vida (ndqv) e não determinado em qualidade de saúde (ndqs).

### **3.1 Análise por categorias previamente definidas**

As categorias de análise foram previamente definidas com base no estudo de Sousa (2013) e compostas em seis perguntas relacionadas com a pós-perda do(a) filho(a): (a) O que mudou na sua vida; (b) Superação da dor; (c) Estratégias adotadas; (d) Apoios físicos ou humanos recebidos; (e) O que gosta mais de fazer; e (f) O que gosta menos de fazer.

Nesta primeira análise, apresentamos os dados respeitantes às narrativas das participantes obtidas em cada categoria previamente definida segundo a sua classificação pelas unidades (UCs) e subunidades (SUCs) da CIF.

#### **(a) Categoria 'O que mudou na sua vida'**

Com base no referencial CIF, foram identificados os componentes: 'Funções do Corpo' e 'Atividades e Participação', assim como aqueles que não se conseguiram determinar – 'não determinado em qualidade de vida' e 'não determinado em qualidade de saúde' (Tabela 2).

Tabela 2 – Análise da categoria ‘O que mudou na sua vida’ por ID, UC, SUC e ‘nd’

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
UC e SUC										
b144	(1)	.	.	.	(1)	.	.	.	2	2
b1471	(1)	(1)	.	.	.	(1)	.	.	3	3
b152	(1)	(2)	.	.	(1)	(1)	(3)	.	5	8
b1560	.	.	.	.	.	(2)	.	.	1	2
b1564	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1	1
b2153	(1)	.	.	.	.	.	.	.	1	1
d7103	(2)	.	.	.	.	.	(1)	.	2	3
d7600	.	.	.	.	(1)	.	.	.	1	1
d930	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1	1
d9300	.	.	.	.	.	.	(1)	.	1	1
ndqv	(2)	(1)	(2)	.	(1)	(2)	.	.	5	8
ndqs	(1)	.	.	(1)	.	(1)	.	(2)	4	5
<b>TOTAL</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>27</b>	<b>36</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; b144 – funções da memória; b1471 – qualidade das funções psicomotoras; b152 – funções emocionais; b1560 – percepção auditiva; b1564 – percepção tátil; b2153 – funções das glândulas lacrimais; d7103 – crítica nos relacionamentos; d7600 – relacionamentos entre pais e filhos; d930 – religião e espiritualidade; d9300 – religião organizada; ndqv – não determinado em qualidade de vida; ndqs – não determinado em qualidade de saúde.

De acordo com os dados apresentados, verifica-se a existência de predomínio de referências por parte de cinco participantes no componente relativo às ‘Funções do Corpo’ (onde sobressaem as funções emocionais, as psicomotoras e as de memória), bem como, maior número de referências no qualificador ‘não determinado em qualidade de vida’ por cinco participantes e no qualificador ‘não determinado em qualidade de saúde’ por quatro participantes.

#### (b) Categoria ‘Superação da dor’ (consciência da dor)

Esta categoria implicava a tomada de consciência da dor causada pelo falecimento do filho(a), sendo a percepção desta dor considerada de crucial importância para aceitar a irreversibilidade da perda e o consequente trabalho de superação. Com base no referencial CIF, identificaram-se os componentes ‘Funções do Corpo’, ‘Atividades e Participação’, ‘Fatores Ambientais’, (‘apoios e relacionamentos’) e o qualificador ‘não determinado em qualidade de vida’ (Tabela 3).

Tabela 3 – Análise da categoria ‘Superação da dor’ (consciência da dor) por ID, UC, SUC e ND

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
UC e SUC										
b110	.	(1)	.	.	.	.	.	.	1	1
b144	(2)	.	.	.	.	.	.	(1)	2	3
b152	(2)	(6)	.	(1)	(4)	(1)	(4)	(2)	7	20
b1603	.	(1)	.	.	(1)	(1)	.	.	3	3
b280	.	(2)	(1)	.	.	(2)	.	.	3	5
d240	.	.	(1)	.	(1)	(1)	.	.	3	3
d9205	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	2	2
d930	(1)	.	(1)	(1)	.	(1)	.	(1)	5	5
e310	.	.	(1)	.	.	(1)	.	.	2	2
e465	.	.	.	(1)	.	(1)	.	(1)	3	3
ndqv	(1)	(1)	(1)	(1)	(1)	.	.	.	5	5
<b>TOTAL</b>	<b>6</b>	<b>11</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>36</b>	<b>52</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; b110 – funções da consciência; b144 – funções da memória; b152 – funções emocionais; b1603 – controlo do pensamento; b280 – sensação de dor; d240 – lidar com o stress e outras exigências psicológicas; d9205 – socialização; d930 – religião e espiritualidade; e310 – família próxima; e465 – normas, práticas e ideologias sociais; ndqv – não determinado em qualidade de vida.

Predomina o componente ‘Funções do Corpo’, estando destacadas dentro deste, a unidade de classificação ‘funções emocionais’ não só por serem referidas por quase todas as participantes mas também por haver mais do que uma referência por algumas. No componente ‘Atividades e Participação’ sobressai a unidade de classificação ‘religião e espiritualidade’.

### (c) Categoria ‘Estratégias adotadas’

Esta categoria englobou as estratégias mobilizadas pelas defilhadas para tentar superar a perda sofrida. Com base no referencial da CIF, foram identificados os componentes: ‘Funções do Corpo’, ‘Atividades e Participação’ e ‘Fatores Ambientais’ (‘apoios e relacionamentos’) (Tabela 4).

Tabela 4 – Análise da categoria ‘Estratégias adotadas’ por ID, UC e SUC

UC e SUC	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
b144	.	.	(2)	.	.	.	.	.	1	2
b152	(1)	(1)	.	.	.	(1)	.	.	3	3
b1564	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1	1
b1601	(1)	(1)	.	(1)	(2)	(1)	.	.	5	6
b1603	(2)	(1)	.	.	.	(1)	.	.	3	4
d230	(1)	.	.	.	(1)	.	.	.	2	2
d240	.	(1)	.	.	.	(1)	(1)	.	3	3
d660	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	2	2
d750	.	.	(1)	.	.	.	.	.	1	1
d855	.	(1)	.	.	.	.	.	.	1	1
d930	(1)	.	(2)	(1)	(1)	(1)	.	(1)	6	7
d9300	.	.	.	.	.	.	.	(2)	1	2
e1101	.	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	(1)	5	5
e310	(2)	(1)	(2)	.	(1)	(1)	.	.	5	7
e355	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1	1
e465	(1)	(2)	.	.	.	.	(1)	.	3	4
e5550	(3)	.	.	.	.	.	.	.	1	3
e5800	.	.	.	.	.	.	(1)	.	1	1
<b>TOTAL</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>45</b>	<b>55</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; b144 – funções da memória; b152 – funções emocionais; b1564 – percepção tátil; b1601 – forma do pensamento (crenças); b1603 – controlo do pensamento; d230 – executar rotina diária; d240 – lidar com o stress e outras exigências psicológicas; d660 – ajudar os outros; d750 – relacionamentos sociais informais; d855 – trabalho não remunerado; d930 – religião e espiritualidade; d9300 – religião organizada; e1101 – medicamentos; e310 – família próxima; e355 – profissionais de saúde; e465 – normas, práticas e ideologias sociais; e5550 – serviços relacionados com associações e organizações; e5800 – serviços relacionados com a saúde;

Nas estratégias adotadas, predominam as referências no componente, ‘Atividades e Participação’, sendo a unidade de classificação ‘religião e espiritualidade’ a mais utilizada e estando também mencionada a subunidade de classificação ‘religião organizada’ para atividades como, rezar o terço, ouvir a missa, pertencer ao coro da igreja, entre outros. No componente ‘Funções do Corpo’, são as subunidades de classificação relativas à ‘forma do pensamento’ (crenças) e ‘controlo do pensamento’ que mais se referem. Dentro do componente ‘Fatores Ambientais’ (‘apoios e relacionamentos’), a unidade de classificação que codifica a ‘família próxima’ e a subunidade de classificação referente aos ‘medicamentos’ são as mais mencionadas.

**(d) Categoria ‘Apoios físicos ou humanos recebidos’**

Esta categoria implicou o recurso a estratégias proporcionadas por outros no auxílio da superação do processo de luto pela perda sofrida. O único componente referido é o relacionado com ‘Fatores Ambientais’ (nomeadamente ‘apoios e relacionamentos’) (Tabela 5).

**Tabela 5 – Análise da categoria ‘Apoios físicos ou humanos recebidos’ por ID e UC**

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
UC e SUC										
e310	(1)	.	(1)	(1)	.	(1)	(1)	.	5	5
e315	.	.	(1)	.	.	.	.	.	1	1
e320	.	(2)	(1)	.	(1)	.	.	(2)	4	6
e325	.	(2)	(1)	.	.	(1)	.	.	3	4
e355	.	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	.	4	4
<b>TOTAL</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>17</b>	<b>20</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; e310 – família próxima; e315 – família alargada; e320 – amigos; e325 – conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade; e355 – profissionais de saúde.

Sendo os apoios significativos mais mencionados pelas participantes os proporcionados pela ‘família próxima’, os ‘amigos’ e os ‘profissionais de saúde’.

**(e) Categoria ‘O que gosta mais de fazer’**

Esta categoria englobou as atividades consideradas motivadoras para o bem-estar psicológico das defilhadas, ou seja, atividades realizadas por prazer e não por obrigação. Com base no referencial da CIF, foram identificados os componentes ‘Atividades e Participação’ e ‘Fatores Ambientais’ (‘apoio e relacionamentos’) (Tabela 6).

Tabela 6 – Análise da categoria ‘O que gosta mais de fazer’ por ID, UC e SUC

UC e SUC	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
d6505	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	2	2
d6506	.	.	.	(1)	.	.	.	.	1	1
d920	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1	1
d9202	.	(1)	.	.	.	.	.	.	1	1
d9203	.	.	.	.	.	.	.	(1)	1	1
d930	(1)	.	(1)	(1)	(2)	(1)	.	.	5	6
d9300	.	.	.	.	.	.	(2)	.	1	2
e310	.	.	(1)	.	.	.	.	.	1	1
<b>TOTAL</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>13</b>	<b>15</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; d6505 – cuidar das plantas de interior e de exterior; d6506 – cuidar dos animais; d920 – recreação e lazer; d9202 – arte e cultura; d9203 – artesanato; d930 – religião e espiritualidade; d9300 – religião organizada; e310 – família próxima.

Dentro do componente, ‘Atividades e Participação’, destaca-se a unidade de classificação ‘religião e espiritualidade’ e a subunidade de classificação referente ao ‘cuidar das plantas de interior e exterior’, como o que mais gostam de fazer. No componente ‘Fatores Ambientais’ (‘apoio e relacionamentos’), destaca-se o facto de a unidade de classificação ‘família próxima’ ser mencionada por apenas uma das participantes.

#### (f) Categoria ‘O que gosta menos de fazer’

Esta categoria envolveu as atividades consideradas causadoras de mal-estar psicológico para as defilhadas, ou seja, atividades realizadas por obrigação, feitas em esforço e que as incomodavam. Com base no referencial da CIF, foram identificados os componentes ‘Atividades e Participação’, ‘Fatores Ambientais’ (‘apoios e relacionamentos’) e o qualificador ‘não determinado em qualidade de vida’ (Tabela7).

Tabela 7 – Análise da categoria ‘O que gosta menos de fazer’ por ID, UC, SUC e ND

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
UC e SUC										
d6401	.	.	.	(1)	.	.	.	.	1	1
d6402	.	.	.	.	.	.	(1)	.	1	1
d6403	.	.	.	(1)	.	.	.	.	1	1
d9205	.	.	.	(1)	(1)	.	.	.	2	2
e465	(1)	(1)	.	.	.	.	.	.	2	2
ndqv	.	.	(1)	.	.	(1)	.	(1)	3	3
<b>TOTAL</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	<b>10</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; d6401 – limpar a cozinha e os utensílios; d6402 – limpar a habitação; d6403 – utilizar aparelhos domésticos; d9205 – socialização; e465 – normas, práticas e ideologias sociais; ndqv – não determinado para qualidade de vida.

Predominam referências ligadas às alterações na qualidade de vida e não classificáveis pelo referencial CIF (‘não determinado em qualidade de vida’). No entanto, praticamente todas as outras referências fazem parte do componente ‘Atividades e Participação’ e referem-se a tarefas domésticas.

### 3.2 Análise por componentes da CIF

Nesta segunda análise apresentam-se os dados respeitantes às narrativas das participantes por cada componente, classificadas pelas unidades e subunidades de classificação correspondentes, obtidas no conjunto de todas as categorias. Discriminaram-se em tabela, algumas unidades de classificação e todas as subunidades de classificação percebidas pela análise das narrativas.

Com base no referencial CIF, procedeu-se a uma análise pelos seus quatro componentes, cujo conteúdo analisado se circunscreveu a três: ao de (a) ‘Funções do Corpo’ (*b - body*), ao de (b) Atividades e Participação (*d - domain*) e, por último, ao de (c) Fatores Ambientais (*e - environment*). Cada um destes foi ainda dividido em unidades de classificação (UC) (como exemplo, b310 – funções da voz), e estas, em alguns casos, ainda se puderam subdividir em subunidades de classificação (SUC) (como exemplo, b3101 – qualidade da voz). Foi ainda utilizada a classificação de (d) ‘não determinado’, seja em qualidade de saúde (ndqs) ou em qualidade de vida (ndqv).

**(a) Componente ‘Funções do Corpo’**

Entendendo ‘Funções do Corpo’, como funções fisiológicas dos sistemas orgânicos (incluindo as funções psicológicas) e as deficiências como problemas nas funções ou estruturas do corpo (tais como, um desvio importante ou uma perda), estas são as alterações referidas e codificadas neste componente (Tabela 8).

**Tabela 8 – Análise do componente ‘Funções do Corpo’ por ID, UC e SUC**

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
UC e SUC										
b110	.	(1)	.	.	.	.	.	.	1	1
b144	(3)	.	(2)	.	(1)	.	.	(1)	4	7
b1471	(1)	(1)	.	.	.	(1)	.	.	3	3
b152	(4)	(9)	.	(1)	(5)	(3)	(7)	(2)	7	31
b1560	.	.	.	.	.	(2)	.	.	1	2
b1564	.	.	.	.	.	(2)	.	.	1	2
b1601	(1)	(1)	.	(1)	(2)	(1)	.	.	5	6
b1603	(2)	(2)	.	.	(1)	(2)	.	.	4	7
b2153	(1)	.	.	.	.	.	.	.	1	1
b280	.	(2)	(1)	.	.	(2)	.	.	3	5
<b>TOTAL</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>30</b>	<b>65</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; b110 – funções da consciência; b144 – funções da memória; b1471 – qualidade das funções psicomotoras; b152 – funções emocionais; b1560 – percepção auditiva; b1564 – percepção tátil; b1601 – forma do pensamento (crenças); b1603 – controlo do pensamento; b2153 – funções das glândulas lacrimais; b280 – sensação de dor.

Predominam as alterações das ‘funções emocionais’ referidas por todas as participantes, destacando-se duas participantes com maior número de referências (9 e 7). As alterações nas ‘funções da memória’, na ‘forma de pensamento’ (as crenças) e no ‘controlo do pensamento’ sobressaem em termos de quantidade de referências mas com menos participantes a mencioná-las. A ‘qualidade das funções psicomotoras’ e a ‘sensação de dor’ são mencionadas por três participantes, tendo esta sido referenciada duas vezes por duas participantes. As outras alterações percebidas distribuem-se por participante havendo casos em que a referência é feita mais do que uma vez.



**(b) Componente ‘Atividades e Participação’**

Entende-se ‘atividade’ como a execução de uma tarefa ou ação por uma pessoa e ‘participação’ como o seu envolvimento numa situação da vida real. As limitações da atividade abarcam as dificuldades que a pessoa possa ter na execução dessas e as restrições de participação, os problemas que possa enfrentar quando está envolvido em situações da vida real. Foram codificadas as seguintes atividades e participações (Tabela 9).

**Tabela 9 – Análise do componente ‘Atividades e Participação’ por ID, UC, e SUC**

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
UC e SUC										
d230	(1)	.	.	.	(1)	.	.	.	2	2
d240	.	(1)	(1)	.	(1)	(2)	(1)	.	5	6
d6401	.	.	.	(1)	.	.	.	.	1	1
d6402	.	.	.	.	.	.	(1)	.	1	1
d6403	.	.	.	(1)	.	.	.	.	1	1
d6505	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	2	2
d6506	.	.	.	(1)	.	.	.	.	1	1
d660	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	2	2
d7103	(2)	.	.	.	.	.	(1)	.	2	3
d750	.	.	(1)	.	.	.	.	.	1	1
d7600	.	.	.	.	(1)	.	.	.	1	1
d855	.	(1)	.	.	.	.	.	.	1	1
d920	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1	1
d9202	.	(1)	.	.	.	.	.	.	1	1
d9203	.	.	.	.	.	.	.	(1)	1	1
d9205	.	.	.	(1)	(1)	(1)	(1)	.	4	4
d930	(3)	.	(4)	(3)	(3)	(3)	.	(2)	6	18
d9300	.	.	.	.	.	.	(3)	(2)	2	5
<b>TOTAL</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>33</b>	<b>52</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; d230 – executar rotina diária; d240 – lidar com o stress e outras exigências psicológicas; d6401 – limpar a cozinha e os utensílios; d6402 – limpar a habitação; d6403 – utilizar aparelhos domésticos; d6505 – cuidar das plantas de interior e de exterior; d6506 – cuidar dos animais; d660 – ajudar os outros; d7103 – crítica nos relacionamentos; d750 – relacionamentos sociais informais; d7600 – relacionamentos entre pais e filhos; d855 – trabalho não remunerado; d920 – recreação e lazer; d9202 – arte e cultura; d9203 – artesanato; d9205 – socialização; d930 – religião e espiritualidade; d9300 – religião organizada.

Dentro deste componente, são mencionadas por sete participantes as atividades relacionadas com a ‘religião e a espiritualidade’ e todas com mais de duas referências (sendo que uma se refere concretamente à subunidade de classificação ‘religião organizada’). Como formas de ajuda no processo de luto, são também referenciadas, a maneira de ‘lidar com o stress e outras

exigências psicológicas’ e a ‘socialização’. Todas as outras unidades e subunidades de classificação se distribuem pelas participantes sem predomínio de relevância.

### (c) Componente ‘Fatores Ambientais’

Este componente encontra-se codificado pelo referencial CIF no capítulo dos fatores ambientais, ou seja, aqueles que constituem o ambiente físico, social e atitudinal em que a pessoa vive e conduz a sua vida. Não engloba as atitudes da pessoa ou das pessoas que dão apoio, mas a quantidade de apoio físico e emocional que é proporcionado. Apresentam-se os apoios e relacionamentos percebidos e codificados (Tabela 10).

**Tabela 10 – Análise do componente ‘Fatores Ambientais’ por ID, UC e SUC**

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
UC e SUC										
e1101	.	.	(2)	.	(1)	(1)	(1)	(1)	5	6
e310	(3)	(1)	(4)	(1)	(1)	(2)	(1)	.	7	13
e315	.	.	(1)	.	.	.	.	.	1	1
e320	.	(2)	(1)	.	(1)	.	.	(2)	4	6
e325	.	(2)	(1)	.	.	(1)	.	.	3	4
e355	.	.	(1)	.	(1)	(2)	(1)	.	4	5
e465	(2)	(3)	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	6	9
e5550	(3)	.	.	.	.	.	.	.	1	3
e5800	.	.	.	.	.	.	(1)	.	1	1
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	<b>48</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; e1101 – medicamentos; e310 – família próxima; e315 – família alargada; e320 – amigos; e325 – conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade; e355 – profissionais de saúde; e465 – normas, práticas e ideologias sociais; e5550 – serviços relacionados com associações e organizações; e5800 – serviços relacionados com a saúde.

Predomina a unidade de classificação referente à ‘família próxima’, mencionada por sete das participantes e destas, três fazem duas ou mais referências. As ‘normas, práticas e ideologias sociais’ são mencionadas por seis participantes como forma de apoio e destas, duas delas fazendo duas ou mais referências. São ainda mencionadas como forma de apoio, os ‘medicamentos’ por cinco participantes, os ‘amigos’ e os ‘profissionais de saúde’ por quatro participantes e os ‘conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade’ por três participantes. A unidade de classificação referente a ‘serviços relacionados com associações e organizações’, apesar de ser mencionada por apenas por uma das participantes é referida três vezes. A ‘família

alargada' e os 'serviços relacionados com a saúde' são mencionados apenas uma vez por uma das participantes.

#### (d) Qualificador 'Não determinado' ('nd')

Esta classificação é uma ressalva para alguns dos excertos retirados das respostas considerados relevantes na análise e que não se conseguiram classificar pelo referencial CIF. Foram identificados como 'nd' (não determinado) (Cieza et al., 2005), em qualidade de vida (ndqv) e em qualidade de saúde (ndqs) (Tabela 11).

**Tabela 11 – Análise da classificação 'Não determinado' por ID e 'nd'**

	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	Total de ID	Total de ()
UC e SUC										
ndqv	(3)	(2)	(4)	(1)	(2)	(3)	.	(1)	7	16
ndqs	(1)	.	.	(1)	.	(1)	.	(1)	4	4
<b>TOTAL</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>11</b>	<b>20</b>

Legenda: ID – participante; () – n.º de referências feitas; ndqv – não determinado em qualidade de vida; ndqs – não determinado em qualidade de saúde.

Encontram-se excertos que se referem a alterações na 'qualidade de vida' em sete participantes, cinco destas com duas ou mais referências e a alterações na 'qualidade de saúde' em quatro participantes.

### 3.3 Análise por categorias e componentes

Nesta terceira análise, apresentaremos os dados representados pela relação de cada componente, classificadas pelas unidades e subunidades de classificação correspondentes, com as seis categorias do estudo. Discriminaram-se em tabela, algumas unidades de classificação e todas as subunidades de classificação percebidas pela análise das narrativas.

#### (a) Categorias e componente 'Funções do Corpo'

O componente 'Funções do Corpo' relacionado com cada uma das categorias definidas apresenta os resultados da tabela 12.

Tabela 12 – Análise por categorias e componente ‘Funções do Corpo’

<b>Categoria</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>Total de categorias</b>	<b>Total de ()</b>
<b>UC e SUC</b>								
b110	.	(1)	.	.	.	.	<b>1</b>	<b>1</b>
b144	(2)	(3)	(2)	.	.	.	<b>3</b>	<b>7</b>
b1471	(3)	.	.	.	.	.	<b>1</b>	<b>3</b>
b152	(8)	(20)	(3)	.	.	.	<b>3</b>	<b>31</b>
b1560	(2)	.	.	.	.	.	<b>1</b>	<b>2</b>
b1564	(1)	.	(1)	.	.	.	<b>2</b>	<b>2</b>
b1601	.	.	(6)	.	.	.	<b>1</b>	<b>6</b>
b1603	.	(3)	(4)	.	.	.	<b>2</b>	<b>7</b>
b2153	(1)	.	.	.	.	.	<b>1</b>	<b>1</b>
b280	.	(5)	.	.	.	.	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>32</b>	<b>16</b>				<b>16</b>	<b>65</b>

Legenda: () – n.º de referências feitas; 1 – O que mudou na sua vida; 2 – Superação da dor; 3 – Estratégias adotadas; 4 – Apoios físicos ou humanos recebidos; 5 – O que mais gosta de fazer; 6 – O que menos gosta de fazer; b110 – funções da consciência; b144 – funções da memória; b1471 – qualidade das funções psicomotoras; b152 – funções emocionais; b1560 – percepção auditiva; b1564 – percepção tátil; b1601 – forma do pensamento (crenças); b1603 – controlo do pensamento; b2153 – funções das glândulas lacrimais; b280 – sensação de dor.

O componente ‘Funções do Corpo’ foi referido nas categorias ‘o que mudou na sua vida’, ‘superação da dor’ e ‘estratégias adotadas’. Nestas, destacam-se, pela sua representatividade, as subunidades de classificação referentes às alterações nas ‘funções emocionais’ (31 referências) e nas ‘funções da memória’ (7 referências).

#### **(b) Categorias e componente ‘Atividades e Participação’**

Apresentam-se os resultados da relação entre cada uma das categorias definidas e o componente ‘Atividades e Participação’ (Tabela 13).

Tabela 13 – Análise por categorias e componente ‘Atividades e Participação’

<b>Categoria</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>Total de categorias</b>	<b>Total de ()</b>
<b>UC e SUC</b>								
d230	.	.	(2)	.	.	.	<b>1</b>	<b>2</b>
d240	.	(3)	(3)	.	.	.	<b>2</b>	<b>6</b>
d6401	.	.	.	.	.	(1)	<b>1</b>	<b>1</b>
d6402	.	.	.	.	.	(1)	<b>1</b>	<b>1</b>
d6403	.	.	.	.	.	(1)	<b>1</b>	<b>1</b>
d6505	.	.	.	.	(2)	.	<b>1</b>	<b>2</b>
d6506	.	.	.	.	(1)	.	<b>1</b>	<b>1</b>
d660	.	.	(2)	.	.	.	<b>1</b>	<b>2</b>
d7103	(3)	.	.	.	.	.	<b>1</b>	<b>3</b>
d750	.	.	(1)	.	.	.	<b>1</b>	<b>1</b>
d7600	(1)	.	.	.	.	.	<b>1</b>	<b>1</b>
d855	.	.	(1)	.	.	.	<b>1</b>	<b>1</b>
d920	.	.	.	.	(1)	.	<b>1</b>	<b>1</b>
d9202	.	.	.	.	(1)	.	<b>1</b>	<b>1</b>
d9203	.	.	.	.	(1)	.	<b>1</b>	<b>1</b>
d9205	.	(2)	.	.	.	(2)	<b>2</b>	<b>4</b>
d930	(1)	(5)	(7)	.	(6)	.	<b>4</b>	<b>19</b>
d9300	(1)	.	(2)	.	(2)	.	<b>3</b>	<b>5</b>
<b>TOTAL</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>18</b>		<b>14</b>	<b>5</b>	<b>25</b>	<b>53</b>

Legenda: () – n.º de referências feitas; 1 – O que mudou na sua vida; 2 – Superação da dor; 3 – Estratégias adotadas; 4 – Apoios físicos ou humanos recebidos; 5 – O que mais gosta de fazer; 6 – O que menos gosta de fazer; d230 – executar rotina diária; d240 – lidar com o stress e outras exigências psicológicas; d6401 – limpar a cozinha e os utensílios; d6402 – limpar a habitação; d6403 – utilizar aparelhos domésticos; d6505 – cuidar das plantas de interior e de exterior; d6506 – cuidar dos animais; d660 – ajudar os outros; d7103 – crítica nos relacionamentos; d750 – relacionamentos sociais informais; d7600 – relacionamentos entre pais e filhos; d855 – trabalho não remunerado; d920 – recreação e lazer; d9202 – arte e cultura; d9203 – artesanato; d9205 – socialização; d930 – religião e espiritualidade; d9300 – religião organizada.

Este componente foi referido em cinco das seis categorias, ou seja, ‘o que mudou na sua vida’, ‘superação da dor’, ‘estratégias adotadas’, ‘o que gosta mais de fazer’ e ‘o que gosta menos de fazer’. Em quatro destas, predomina a subunidade de classificação referente à ‘religião e espiritualidade’ e em três, a ‘religião organizada’. Observa-se maior número de unidades e subunidades de classificação predominantemente nas categorias ‘estratégias adotadas’ e ‘o que mais gosta de fazer’.

### (c) Categorias e componente ‘Fatores Ambientais’

A relação entre as categorias definidas e o componente ‘Fatores Ambientais’ apresenta-se na Tabela 14.

Tabela 14 – Análise por categorias e componente ‘Fatores Ambientais’

<b>Categoria</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>Total de categorias</b>	<b>Total de ()</b>
<b>UC e SUC</b>								
e1101	.	.	(5)	.	.	.	<b>1</b>	<b>5</b>
e310	.	(2)	(7)	(5)	(1)	.	<b>4</b>	<b>15</b>
e315	.	.	.	(1)	.	.	<b>1</b>	<b>1</b>
e320	.	.	.	(6)	.	.	<b>1</b>	<b>6</b>
e325	.	.	.	(4)	.	.	<b>1</b>	<b>4</b>
e355	.	.	(1)	(4)	.	.	<b>2</b>	<b>5</b>
e465	.	(3)	(4)	.	.	(2)	<b>3</b>	<b>9</b>
e5550	.	.	(3)	.	.	.	<b>1</b>	<b>3</b>
e5800	.	.	(1)	.	.	.	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>TOTAL</b>		<b>5</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>15</b>	<b>49</b>

Legenda: () – n.º de referências feitas; 1 – O que mudou na sua vida; 2 – Superação da dor; 3 – Estratégias adotadas; 4 – Apoios físicos ou humanos recebidos; 5 – O que mais gosta de fazer; 6 – O que menos gosta de fazer; e1101 – medicamentos; e310 – família próxima; e315 – família alargada; e320 – amigos; e325 – conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade; e355 – profissionais de saúde; e465 – normas, práticas e ideologias sociais; e5550 – serviços relacionados com associações e organizações; e5800 – serviços relacionados com a saúde.

Este componente foi mais referido nas categorias, ‘estratégias adotadas’ e ‘apoios físicos ou humanos recebidos’ e apresenta uma maior representatividade tanto em termos de diversidade de unidades e subunidades de classificação, como em número de vezes que foram referidas pelas participantes. Na categoria ‘o que mudou na sua vida’ não surgem classificações associadas a este componente.

#### (d) Categorias e classificação ‘Não determinado’ (‘nd’)

A relação entre a classificação ‘não determinado’ e as categorias do estudo apresenta-se na Tabela 15.

Tabela 15 – Análise por categorias e classificação ‘Não determinado’

<b>Categoria</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>Total de categorias</b>	<b>Total de ()</b>
<b>UC e SUC</b>								
ndqv	(8)	(5)	.	.	.	(3)	<b>3</b>	<b>16</b>
ndqs	5	.	.	.	.	.	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>TOTAL</b>	<b>13</b>	<b>5</b>				<b>3</b>	<b>4</b>	<b>21</b>

Legenda: () – n.º de referências feitas; ndqv – não determinado em qualidade de vida; ndqs – não determinado em qualidade de saúde;

Estas classificações foram referidas nas categorias, ‘o que mudou na sua vida’, ‘superação da dor’ e ‘o que menos gosta de fazer’, destacando-se as alterações na qualidade de vida (ndqv) com 16 referências.

### 3.4 Análise por cruzamento de UC e SUC e a Checklist geral da CIF

Nesta quarta análise apresenta-se uma comparação entre os resultados obtidos no presente estudo (UC e SUC por categorias) e a *Checklist* geral da CIF (anexo IV) criada pela OMS em 2003. Esta *checklist* pretende ser uma ferramenta para se obter e registar a informação considerada essencial sobre a funcionalidade das pessoas, seja em que contexto for. Permite, assim, uma qualificação simples, prática e eficiente dos seus perfis funcionais. Existem já diversos *Core Sets* desenvolvidos para áreas clínicas específicas, como para a músculo-esquelética, a cardiopulmonar e a neurológica, assim como para outras condições particulares como a perda de audição, a esquizofrenia ou questões geriátricas. Todavia, não existe nenhum *Core Set* desenvolvido no âmbito do processo de superação do luto (sendo que o luto não é uma patologia). Neste sentido, com o intuito de se contribuir para um outro futuro estudo e com outra metodologia para o desenvolvimento de um *Core Set* específico para o processo de superação do luto, adotou-se como base de trabalho (e comparação) esta *Checklist* geral da CIF.

Esta *checklist* contém uma seleção de 153 códigos, encontrando-se dividida em quatro grandes partes: i) ‘incapacidades nas funções do corpo’ (com 31 unidades de classificação) e ‘incapacidades nas estruturas do corpo’ (com 12 unidades de classificação), ii) ‘limitações na atividade e restrições na participação’ (com 51 unidades de classificação), iii) ‘Fatores Ambientais’ (com 33 unidades de classificação) e iv) ‘outra informação contextual’, da qual fazem parte os fatores pessoais. A comparação da sua organização e os resultados obtidos neste estudo implicou três vertentes: (1) Quais as UC e SUC que constam no presente estudo e na *Checklist* geral da CIF; (2) Quais as UC e SUC que constam no presente estudo mas não na *Checklist* geral da CIF; e (3) Quais as UC e SUC que não constam no presente estudo mas sim na *Checklist* geral da CIF.

No que diz respeito às i) ‘incapacidades nas funções do corpo’ e ‘incapacidades nas estruturas do corpo’ (esta última não utilizada na comparação, dado que as participantes do presente estudo não fizeram quaisquer referências a incapacidades estruturais do corpo associadas ao luto). Das 31 unidades de classificação da *Checklist* geral da CIF, (1) apenas quatro coincidiram com o

presente estudo (b110; b144; b152; b280) e dentro da unidade de classificação b156, foram utilizadas as subunidades de classificação b1560 e b1564. Registaram-se ainda (2) quatro subunidades de classificação (b1471; b1601; b1603; b2153) que não constam na *Checklist* geral da CIF. Verificou-se ainda que (3) vinte e seis unidades de classificação da *Checklist* geral da CIF referentes a ‘incapacidades nas funções do corpo’ não foram mencionadas no presente estudo (b114; b117; b130; b134; b140; b164; b167; b210; b230; b235; b310; b410; b420; b430; b435; b440; b515; b525; b530; b555; b620; b640; b710; b730; b735; b765).

A segunda parte da *checklist*, referente às 51 unidades de classificação das ii) ‘limitações na atividade e restrições na participação’, (1) sete coincidiram com as identificadas no presente estudo (d640; d660; d710; d750; d760; d920; d930) e, dentro dessas, foram utilizadas nove subunidades de classificação (d6401; d6402; d6403; d7103; d7600; d9202; d9203; d9205; d9300). Foram registadas no presente estudo (2) mais três unidades de classificação (d230; d240; d855) e duas subunidades de classificação (d6505 e d6506), mas que não constam na *Checklist* geral da CIF. Por último, (3) não foram mencionadas no presente estudo quarenta e quatro unidades de classificação constantes na *Checklist* geral da CIF (d110; d115; d140; d145; d150; d175; d210; d220; d310; d315; d330; d335; d350; d430; d440; d450; d465; d470; d475; d510; d520; d530; d540; d550; d560; d570; d620; d630; d640; d710; d720; d730; d740; d760; d770; d810; d820; d830; d850; d860; d870; d910; d940; d950).

Na terceira parte, a relativa aos iii) ‘Fatores Ambientais’, das 33 unidades de classificação que constam na *Checklist* geral da CIF, (1) sete coincidiram (e110; e310; e320; e325; e355; e465; e580) com o presente estudo e, dentro destas, foram utilizadas duas subunidades de classificação (e1101; e5800). Foram (2) utilizadas a unidade de classificação (e315) e a subunidade de classificação (e5550) que não constam na *Checklist* geral da CIF. (3) Vinte e seis unidades de classificação da *Checklist* geral da CIF referentes aos ‘Fatores Ambientais’ não foram mencionados no estudo (e115; e120; e125; e150; e155; e225; e240; e250; e330; e334; e360; e410; e420; e440; e450; e455; e460; e525; e535; e540; e550; e570; e575; e580; e585; e590).

A última e quarta parte, a referente a iv) ‘outra informação contextual’ da qual fazem parte os fatores pessoais, é informação que não é passível de se classificar em unidades do referencial CIF.



## DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Este capítulo pretende refletir e interpretar os resultados obtidos a partir das análises do mapeamento com base no referencial da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) do processo de superação do luto por perda de um(a) filho(a).

Trabalhar o luto é enfrentar os fortes sentimentos e emoções associados à perda sofrida, o que inclui falar sobre as circunstâncias da morte e sobre aspetos relacionados com o falecido (a profunda tristeza e as saudades sentidas) (Freud, 1917). A dor da perda de um filho pode ser destruidora em termos emocionais, o que torna indispensável observar as características do pesar. E se trabalhar com histórias de vida é muitas vezes ‘mexer em feridas não cicatrizadas’, que facilmente se reabrem quando tocadas por elementos externos (Sarmiento 2002), exige particular cuidado quando diz respeito a defilhados.

Numa análise qualitativa geral das narrativas sobre o processo de superação do luto por perda de um(a) filho(a) por categorias e por componentes, constatou-se que nas categorias ‘o que mudou na sua vida’, ‘superação da dor’ e ‘estratégias adotadas’, o componente ‘Funções do Corpo’ (funções fisiológicas dos sistemas orgânicos, incluindo as funções psicológicas) sobressaiu com as unidades de classificação referentes às ‘funções emocionais’, às ‘funções da memória’ e às ‘funções do pensamento’, referidas pelas participantes.

As ‘funções emocionais’ (b152), descritas pela CIF como “funções mentais específicas relacionadas com o sentimento e a componente afetiva dos processos mentais” (OMS, 2004: 55), estão presentes em todas as narrativas e corroboram os resultados obtidos no Inventário de Luto Complicado (ILC), aplicado antes de iniciar a entrevista às participantes. Foram observados sentimentos de tristeza, angústia, saudade, choque, revolta, raiva, culpa, censura e sofrimento, como manifestação de defesa, pois a aceitação desses sentimentos confirma a perda sofrida. São exemplos alguns excertos como: *“Às vezes vou no carro e dá-me assim uns ataques de choro”*; *“Eu a partir daí fiquei um trapo (...) Mas depois daí, não me venham dizer que há mais aquela alegria, aquela coisa de... a gente ri... a gente fala... a gente... mas o nosso sentido está sempre ali”* (ID1); *“Sinto-me sempre em luto (...) o luto de uma mãe acho que é eterno!”* (ID2); *“Eu só de pensar à noite nele já adormeço a chorar.”*; *“Mas diziam muita vez, “ai, o tempo vai passando...” mas não!*

*Eu continuo, continuo com a mesma... não é tão, tão, tão acentuada, mas quase a mesma revolta (...) eu ando sempre doida! Enervada, revoltada, chorosa, desanimada, com vontade de desaparecer, de morrer! Ando sempre assim!”* (ID5); *“Eu atão [então] sou fraca! Sou fraca! Sou fraca... os anos passam e eu (lágrimas) não esqueço!”* (ID6); Estas frases espelham bem que após o sentimento de ‘descalabro’ da perda inicial, passa-se à consciencialização da dor e à progressiva abertura para a realidade, podendo ocorrer manifestações como raiva, culpa, desamor, desapego em relação à vida ou episódios depressivos, e que são vivenciados até à exaustão (Rebelo, 2013).

Também as ‘funções da memória’ (b144) estão bem presentes nas narrativas, onde se podem incluir a busca da figura perdida e o ‘recordar tudo’ (como uma das defilhadas referiu), apontadas como uma forma de manter laços indestrutíveis onde os filhos estão sempre presentes. *“Eu fiquei um bocadinho mais esquecida e tudo! Eu não era assim, eu era... não fiquei maluca nem nada, mas mais desligada... (...) Supera-se mas não passa... não esquece... a mim, nunca mais, nunca mais! Nunca mais na vida! Dia nenhum!”* (ID1); *“Eu recordo tudo! Eu recordo todos os dias”* (ID5). *“Isso nunca esquece! Não há dia nenhum que não me venha à cabeça...”* (ID8). Nestas situações, verifica-se uma tendência não para uma quebra dos laços que unem a pessoa enlutada ao falecido, mas para uma consciencialização da inevitabilidade da morte e consequente reorganização em relação à perda (Bowlby, 1984).

As ‘funções de pensamento’ (b160) descritas na CIF como, “funções mentais específicas relacionadas com a componente ideativa da mente” (OMS, 2004: 57) também foram bastante referenciadas. Nas narrativas das participantes estão presentes alguns dos pensamentos ou cognições habituais após a perda. Dentro dessa função, identificaram-se duas subunidades de classificação: a ‘forma de pensamento’ e a ‘controlo de pensamento’. A primeira (b1601), caracterizada pela organização do processo do pensamento em relação à coerência e a lógica, onde se inclui a perseverança ideacional, foi observada em alguns excertos: *“Ó meu Senhor faz com que o meu menino me dê um sinal que está bem! Ó rico filho dá-me assim um sinal, é só um sinal para eu saber que tu estás bem, para eu estar descansada!”* (ID1); *“... Vai sempre ao meu lado na outra cadeira do carro, no outro banco do carro ao meu lado na viagem (...) Eu tenho a impressão que o meu menino anda connosco sempre”* (ID1); *“Fazia a vida normal (...) como se ele tivesse ido para fora numa viagem e tornasse a vir”* (ID2); *“Entendo que, quando eu morrer que vou ter com ele, que me vou encontrar com ele e que isso é um pouco a fé ou quase a certeza que eu tenho, que sim, que vou voltar a abraça-lo! Que o vou ver novamente! (...) O esperar um dia atrás do outro até chegar... até chegar esse dia!”* (ID5). Na segunda subunidade de classificação, a

de ‘controlo de pensamento’ (b1603), caracterizada pelo controlo volitivo do pensamento orientado para metas, estando nela incluídas, a ruminação, a obsessão e a imposição do pensamento, verificou-se a sua presença pelos seguintes excertos: *“Culpo-me muitas vezes, como é que eu não ouvi?”* (ID2); *“Porque eu às vezes penso, que será que o defeito foi meu, que foi alguma... que não fui boa mãe para o gerar porque lhe dei uma doença...”* (ID5).

Ainda no componente ‘Funções do Corpo’ (b), quando perspectivado por categorias, na primeira categoria ‘o que mudou na sua vida’, há referências à ‘qualidade das funções psicomotoras’ (b147), onde o controlo psicomotor foi bastante afetado pelo sofrimento da perda, levando a que as defilhadas nem conseguissem descrever aqueles primeiros dias: *“As primeiras vezes que fui ao cemitério eu ia a zurrar as pernas, ia agarrada e a zurrar as pernas, sem forças para andar!”* (ID1); *“Fisicamente fica-se mal, parada, sem vontade realmente de continuar! É difícil, a gente naqueles primeiros tempos não tem vontade de continuar, anda no dia-a-dia mas se desaparecesse tudo bem, era normal!”* (ID2); *“Às vezes dava por mim assim, parada... parece que eu não estava ali! Falavam e eu parece que não estava ali!”* (ID6). Em relação à categoria ‘superação da dor’, a unidade de classificação ‘sensação de dor’ (b280) foi frequentemente referida pelas defilhadas, sendo categorizada na CIF como “sensação desagradável que indica lesão potencial ou real em alguma estrutura do corpo” (OMS, 2004: 66). A morte de alguém próximo desencadeia sempre uma violenta resposta de dor e sofrimento, sendo esta das mais relevantes do processo de luto, pelo que a característica mais comum do luto não é a depressão profunda, mas sim os episódios de dor aguda, com muita ansiedade e dor psíquica. Segundo Parkes (1998), o luto pode não causar dor física mas causa um desconforto tal que pode ser tido como uma enfermidade. Neste sentido, entende-se porque foi referida por algumas participantes como muito algo difícil de descrever: *“É a pior dor que existe! Quase físico! Que nunca sintas isto, que é muito mau! (...) Digo-te, não se morre de dor, porque se se morresse de dor eu tinha morrido naquela altura!”* (ID2); *“É uma dor muito grande que nunca, nunca passa...”* (ID3); *“Porque é uma dor que não passa, não passa não (...) Não há dor mais forte que é ficar sem um filho! Pode a gente ter uma dúzia deles mas aquele...”* (ID6).

Entre outras unidades de classificação igualmente importantes observadas no componente ‘Funções do Corpo’, mas mencionadas apenas uma ou duas vezes, destacaram-se, na categoria ‘o que mudou na sua vida’, as ‘perceção auditiva’ (b1560) e ‘perceção tátil’ (b1564) descritas por uma defilhada como, *“Eu tinha alturas que eu perguntava-lhe, eu ouvia a voz dele, de noite acordava a ouvir chamar (...) Depois que ele faleceu... quantas vezes eu fiquei aqui à porta, à*

*espera que ele chegasse, parece que ouvia a mota lá ao fundo e eu punha-me aqui à porta à espera... (...) A casa estava tão vazia, tão vazia... que eu parece que até o sentia!”* (ID6). Segundo Parkes (1998), face à perda de alguém que se ama, surge o sofrimento, a perda de interesse pelo que se passa à sua volta e a incapacidade de se afastar de pensamentos que não estejam relacionados com a pessoa que faleceu. Na opinião do mesmo autor, comportamentos como a vigília, a agitação, o chamar pela pessoa perdida, o ‘ouvir’ a sua voz ou sentir a sua presença são habituais nos enlutados. As pessoas têm a noção de que não vale a pena procurar quem morreu mas não quer dizer que não o façam, mesmo que irracionalmente.

No componente ‘Atividades e Participação’ (d), nas categorias ‘superação da dor’, ‘estratégias adotadas’ e ‘o que mais gosta de fazer’, destacou-se a unidade de classificação ‘religião e espiritualidade’ (d930), referida por quase todas as participantes. É junto da religião que muitas das participantes encontraram significado para tanto sofrimento. A fé em Deus e as crenças religiosas apareceram de forma muito explícita nas narrativas. Frequentar locais de culto, assistir a cerimónias religiosas, rezar o terço, cantar no coro da igreja, entre outras atividades, funcionou como estratégia facilitadora da superação da perda sofrida. Muitas vezes, até, lidar com o processo de luto aumentou a aproximação a Deus e a rituais, proporcionando motivação para viver com a perda e com o sentimento de impotência. Segundo Paula (2009), a fé em Deus surge como algo que pode evitar ou prevenir a depressão, amenizando os sentimentos de solidão que advém da perda sofrida. Em alguns casos, o sofrimento da perda aumentou a aproximação a Deus, sendo visto como algo que deu força e coragem para conseguir viver dia após dia. Seguem-se alguns exemplos: *“Aquele túnel ali onde ele faleceu... ai, eu não passava ali! Eu não passava ali! Agora, agora já vou passando, mas sempre que passo rezo! (...) Deus quis assim e eu tenho que me, tenho que admitir, tenho que aceitar pronto, aquilo que Deus me deu, pronto!”* (ID6). *“A gente pede a Deus corage [coragem] que é Deus que dá corage [coragem] à gente! (...) Quando você estiver triste, reza-lhe pela alma que elas ficam contentes! Porque se a alminha está bem e estiver a gente tristes diz que tristes ficam!”* (ID8). Verifica-se, deste modo, e com alguma frequência, que a aproximação a Deus e a prática de rituais religiosos tende a aumentar, proporcionando ao enlutado força para viver com a perda e com o sentimento de impotência subjacente ao processo de luto. A fé em Deus possibilita assim, a superação da dor pela falta de explicação para a perda sofrida (Paula, 2009): *“Eu pedi sempre a Deus que me deixasse pelo menos uma, não é? E Deus fez-me a vontade, pronto, nunca me... nunca, nunca fiquei revoltada contra Deus (...) Nunca deixei de acreditar nem nunca fiquei revoltada com Deus! Deus foi bom, deixou-me uma! Acho que até*

*tenho muito que lhe agradecer por me deixar uma!”* (ID3). Da análise feita, na maioria das narrativas, não se encontraram estratégias no sentido de culpabilizar Deus pela perda sofrida, de questionar a sua existência ou de considerar a morte como castigo divino. Pelo contrário, algumas defilhadas acreditam que a morte dos filhos ocorreu por ‘obra de Deus’, porque ‘eram bons demais’ para cá viverem ou porque Deus os queria ao pé deles e que, como tal, tinham de aceitar. *“Não, o meu menino... o meu menino... aquele não era para mim, era para Deus, era! Aquele fazia falta lá a Deus!”* (ID1). Esta crença conforta, fornece uma explicação para a perda como sendo uma obra divina e facilita a sua aceitação por parte da enlutada. Observou-se com frequência nas narrativas das defilhadas. Quase todas acreditavam que os seus filhos foram para ‘um lugar melhor’, onde não sofrem e para onde irão ter com eles um dia, mais tarde: *“Alguma vez vou ver mais o meu filho? Só quando eu for também para lá! (...) Que Deus, na ressurreição... dizem... a gente sabe lá!”* (ID1). Estes resultados corroboram os obtidos na validação das Escalas Breves Sobre Diversas Perspetivas da Morte para a população portuguesa, feita por Oliveira e Neto (2004), sobre as diferentes perspetivas perante a morte entre pessoas religiosas e pessoas ateias. Neste sentido, um forte alicerce religioso tende a permitir aos indivíduos encarar a morte não como um fim, mas como uma transição para ‘outro lugar’, onde o sofrimento da vida terrena não existe. Num estudo realizado por Barbosa, Melchiori e Neme (2011; citado por Florencio, 2015) sobre o significado da morte para adolescentes, adultos e idosos, mais de um quarto da amostra estudada acreditava na existência de vida para além da morte. De igual forma, autores como Hays e Hendrix (2008) defendem que a crença na vida após a morte tem efeitos positivos na maneira de viver o luto. Segundo Paula (2009), a fé em Deus tende assim a surgir como algo que pode prevenir o desenvolvimento de uma depressão, amenizando os sentimentos de solidão que advém da perda sofrida, tendo-se constatado nas narrativas que a crença religiosa foi claramente utilizada no trabalho de superação da dor.

Quando confrontadas com a perda, Stroebe e Schut (1999) consideram que é comum que as pessoas enlutadas se sintam desorientadas, podendo inclusive evitar pensar no que se passou. Nas categorias ‘superação da dor’ e ‘estratégias adotadas’, dentro do componente ‘Atividades e Participação’ (d), foram mencionadas pelas defilhadas formas de ‘lidar com o stresse e outras exigências psicológicas’ (d240), ao procurar algo que lhes proporcione alívio através de atividades e rotinas, como o trabalho ou as tarefas domésticas, criando desta maneira estratégias pessoais para lidar com o stresse. Como forma de gerir as suas emoções, as participantes referenciaram práticas que lhes permite suavizar o vazio em que sentiam: *“Mas passei a cama dele... (...) para o*

*meu [quarto] e estou a dormir no mesmo sítio e normalmente (...) deito-me para a esquerda porque é assim e foi assim que eu o encontrei também deitadinho assim” (ID2). “Então lentamente, eu fui pensando assim, se calhar eu choro demais, se calhar eu estou-me a agarrar muito a ele, estou a puxá-lo, estou a não deixar, a não deixar sossegar! (...) Vou tentar deixar-me, não fazer nada, rezar mas não fazer mais nada” (ID6). “Começo a ver fotografias, fotografias! Onde ele está quando era novo, aquilo tudo, mas sempre mexendo nele, aí está!” (ID7).*

Foram observadas outras unidades de classificação que não foram referenciadas mais vezes, no entanto, na categoria ‘o que mudou na sua vida’, destaca-se a subunidade ‘crítica nos relacionamentos’ (d7103) mencionada por duas participantes. Em ambas foi perceptível que houve mudanças no relacionamento familiar que existia antes da perda sofrida: *“Ele faleceu e ela (a nora) não me deixou ir para lá... ficou-me com tudo o que eu lá tinha! Os móveis, tudo! (...) Mas então é que ele morreu e já não havia cá sogrinhas, não havia nada” (ID1). “Estou um bocado revoltada com ela (a nora), com ela estou, não é com Deus, com ela estou!” (ID7).*

No componente ‘Fatores Ambientais’ (e), o capítulo ‘Apoios e Relacionamentos’ engloba os fatores que constituem o ambiente físico, social e atitudinal em que as pessoas vivem e conduzem a sua vida, não engloba as atitudes da pessoa ou pessoas que dão o apoio, mas sim a quantidade de apoio físico e emocional que é proporcionado. Dentro deste, foram encontradas, nas categorias, ‘superação da dor’, ‘estratégias adotadas’, ‘apoios físicos e humanos recebidos’, várias unidades de classificação, destacando-se o apoio proporcionado pela ‘família próxima’ (e310), como o maior suporte emocional para todas as participantes e na maioria dos casos, a razão para terem continuado a viver: *“Foi pensar nos outros dois que tinha! (...) E nos meus netinhos” (ID1). “Depois lembrava-me dos outros filhos, dos outros netos” (ID2); “Foi só a família e os amigos (...) Embora fosse uma perda muito grande... tinha outra (filha), tinha de viver para ela!” (ID3); “Costuma telefonar (filho) todos os domingos” (ID4); “Um pouco pensar no irmão” (ID5); “Se não fosse os outros filhos, eu acho que me tinha matado (...) A minha neta é que era a minha bengala, o meu refúgio, o meu ponto de salvação” (ID6). “A minha filha é a que mais me apoia” (ID7).*

Nas categorias de ‘superação da dor’ e ‘estratégias adotadas’ surge a unidade de classificação referente às ‘normas, práticas e ideologias sociais’ (e465; dentro do capítulo ‘Atitudes’), que se refere às atitudes observáveis dos costumes, das práticas, das ideologias, dos valores, das normas e das crenças (religiosas ou outras). Justificam-se estas referências nas respostas dadas pelas participantes nessas categorias, pelo facto de as crenças e os rituais oferecerem uma possível

explicação para a morte e um apoio social para se poder exprimir a dor do pesar, o que facilita a elaboração do luto (Parkes, 1998). Para que se ultrapasse de forma saudável o processo do luto, os rituais fúnebres devem existir, formalizando a morte, assinalando o falecimento da pessoa e dando oportunidade à família e aos amigos para apoiarem os enlutados. A religião tende a ter como papel principal, nestes contextos, socializar e orientar os rituais de morte de forma a diminuir a dor que gera (Kovács, 1992). Pela análise das narrativas, esses rituais relacionados com a morte demonstraram ter grande importância na vida das defilhadas após a perda que sofreram. A ida ao cemitério, o arranjar da campa, o acender as velas ou o pôr flores, são dos momentos mais referidos e como os que maior tranquilidade trouxeram às defilhadas. Esses permitem-lhes sentar e conversar com os filhos perdidos, amenizando a sua dor de alguma forma: *“Vou todas as semanas, todas as semanas ao cemitério com a minha filha, sentamo-nos lá e conversamos com ele, arranjam a campa...”* (ID1); *“Eu vou ao cemitério todos os oito dias, já lá fui hoje. Comprei um candeeiro grande, ponho lá uma lamparina a arder, levo um arranjozinho pequenino”* (ID7). No entanto, também o contrário foi referenciado por uma das defilhadas, na categoria ‘o que não gosta de fazer’, referindo que evita ir ao cemitério e pois prefere pensar que o seu filho está em viagem e que há-de voltar. Para esta defilhada, ir ao cemitério é ter de encarar o facto de o filho estar ali o que opta por não fazer: *“Eu vou muito poucas vezes ao cemitério, vou para aí umas 5 a 6 vezes por ano vê-lo, e se calhar é capaz de ser uma defesa, agora que estou a falar nisto, é capaz de ser uma defesa de não querer tocar na evidência que o corpo está ali! De maneira que raramente lá vou!”* (ID2). Manter esta sensação de que a pessoa está por perto e idealizá-lo através do reviver de lembranças felizes é uma forma de abrandar o luto (no entanto, o não ir ao cemitério ou o não cumprir rituais não são passíveis de serem classificados pela CIF, pelo que não se podem inserir numa determinada unidade de classificação). Especificamente na categoria ‘superação da dor’, outra expressão que se insere na unidade de classificação ‘normas, práticas e ideologias sociais’ (e465) é a roupa que se veste associada a um determinado contexto. Algumas defilhadas referiram que tiveram muita dificuldade em deixar de usar o preto (*“Sabe que eu andei um ano e tal de luto! Eu não conseguia tirar o preto! Amarrei-me muito... amarrei-me muito... preto! Para mim, para mim uma cor qualquer não dava, tinha que ser mesmo preto, meia preta, tudo preto! Não me sentia bem de outra maneira!”* (ID6). *“A minha roupa é esta (preta)!”* (ID4)) e algumas delas só o fizeram por conselho médico ou por ameaças de familiares e amigos de lhes queimarem a sua roupa preta: *“Os meus filhos disseram-me e o meu marido, se eu não tirasse a roupa (preta) que me queimavam, eu tirei, deixei de usar...”* (ID8). Uma das defilhadas considerou,

inclusive, que por já não usar o preto já não podia dizer que estava em luto. Entendem-se estas manifestações no sentido em que, na sociedade portuguesa, um dos rituais inerentes ao luto é o trajar roupa preta que simboliza e facilita o reconhecimento social da perda.

Na categoria ‘estratégias adotadas’, o componente ‘Fatores Ambientais’ foi mencionado no capítulo dos ‘produtos e tecnologia’, através da subunidade de classificação ‘medicamentos’ (e1101, dentro da unidade de classificação ‘produtos ou substâncias para consumo pessoal’ (e110)) para assinalar a medicação antidepressiva tomada. O uso de medicamentos, como forma de apoio físico foi mencionado por quase todas as defilhadas: *“Eu tomei na altura (antidepressivos).”* (ID3). *“Médica de família que me medicou para isso...”* (ID5). *“Ando-me aqui a pôr encharcada de medicamentos para quê? Afinal...” e depois aquela luz começou-me a abrir o cérebro e eu assim, “ai, vou-me deixar disso!” Depois deixei de tomar”* (ID6). *“Tanto medicamento me deram...”* (ID8). Quando se está em luto, não se está em depressão, mas sim profundamente triste e com razões para tal. No entanto, no luto normal e sem complicações, quando a tristeza da perda é descomedida, podem instalar-se quadros depressivos (Bowlby, 1984). E é quando muitos dos enlutados tendem a recorrer à medicação antidepressiva, como foi citado por algumas das defilhadas do presente estudo. No entender de Granja (2010), a toma de antidepressivos durante o período de luto pode ser prejudicial uma vez que mascara os sintomas e impede a vivência das emoções que o caracterizam e as quais têm de ser superadas. A expressão emocional tem que ter lugar pois essa mesma tarefa dolorosa e difícil é um dos passos da superação do luto, pelo que não deve ser evitada ou apressada (Oliveira & Lopes, 2008). Ainda neste ponto, é de referir que, uma das defilhadas não tomou qualquer tipo de medicação (mas, que não pode ser mapeado por não haver classificação para a ausência de recurso à medicação).

Na categoria ‘apoios físicos ou humanos’, no componente ‘Fatores Ambientais’, foram referenciadas as unidades de classificação relativas a ‘apoios e relacionamentos’, nomeadamente ‘família próxima’ (e310), os ‘amigos’ (e320), os ‘conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade’ (e325) e os ‘profissionais de saúde’ (e355): *“Recebi muita amizade das pessoas, muitos sorrisos, muitos abraços (...) Quando encontramos alguém, mesmo que não seja assim grande amigo e que nos abraça... e que nos aperta...”* (...) *“Os alunos ajudaram-me muito (...) As pescadoras, os pescadores da Murtosa, pá, foram uma companhia extraordinária! (...) Nunca fui a um psiquiatra, nunca fui a um psicólogo, nunca tomei um comprimido nem nada! Os meus comprimidos são eles...”* (ID2). *“A minha médica de família e uma amiga que me dava muito*



apoio” (ID5). *“Vou [ao psiquiatra] e ao psicólogo! (...) O psiquiatra já ando há muitos anos, diz que a minha depressão já não tem cura!”* (ID7). De ressaltar que no apoio oferecido às defilhadas destaca-se em quase todas o suporte familiar e as amizades, sendo referidos como uma enorme mais-valia na superação da dor do luto. A literatura sugere que a integração emocional da família no processo de luto é essencial, pois uma família bem integrada tende a interagir como uma unidade (Worden, 1998) assim como, um suporte social adequado tende a facilitar a resolução do luto, proporcionando um possível bem-estar físico e mental aos enlutados.

No que concerne à classificação ‘não determinado’ (aquilo que não foi possível codificar pela CIF), foram qualificadas duas naturezas: ‘não determinado em qualidade de vida’ (ndqv) e ‘não determinado em qualidade de saúde’ (ndqs). Quanto à primeira, foi aplicada nas categorias, ‘o que mudou na sua vida’, ‘superação da dor’ e ‘estratégias adotadas’. Nas narrativas de algumas das defilhadas estava bem patente a alteração que houve na sua qualidade de vida: *“A nossa vida... também nunca mais foi a mesma (...) Desde aí eu nunca mais fui a mesma... (...) Uma mãe que seja mãe a sério nunca, nunca mais ultrapassa! Não! Vai tentando vai...”* (ID1). *“Depois do acidente, tudo mudou... (...) Mudou toda (a vida) ... ”* (ID3). *“Mas consegue superar-se... não é superar-se... consegue-se aguentar o resto de anos de vida que nós temos...”* (ID2). *“Agora estou bem, estou, mas não é aquele bem que me agrada”* (ID4). A este respeito, e apesar de não ser passível de se mapear pela CIF, também foi frequentemente citada pelas defilhadas a necessidade de isolamento, de não estar com ninguém, de não ver ninguém (*“Mudou a solidão (...) Parece que tinha sempre falta de alguém (...) Parece que precisava sempre daqueles cinco dedos aqui”* (ID6)). Definida como o estado em que se está só, retirado do mundo e do que o rodeia, a solidão pode ser um fator de risco na elaboração do luto (Kovács, 1992), pelo que há que a considerar com alguma atenção.

Foi aplicada na categoria ‘o que mudou na sua vida’ a classificação ‘não determinado em qualidade de saúde’ (ndqs). Na narrativa de algumas defilhadas foi possível perceber-se que a qualidade da sua saúde sofreu alterações: *“Após agravou-se tudo! Tive um problema grave nos olhos (...) foi a epilepsia que despoletou (...) nós íamos ao cemitério e sentia-me mal, tinha ataques na viagem (...) Fiquei muito mais debilitada”* (ID1). *“Na minha vida mudou a doença”* (ID4). *“Eu ficava assim a pensar naquilo, eu ia dando em maluca”* (ID6). *“Eu ia dando em tolinha (...) Olhe aqui a minha cara (mostra fotografias), uma cara de tolinha! É quando andava ainda avariada!”* (ID8). O estado de saúde de algumas das defilhadas piorou após o falecimento do(a) filho(a), o

que é corroborado por vários autores (Kubler-Ross, 2002; Silva, Carvalho, Santos, & Menezes, 2007).

Na categoria 'o que menos gosta de fazer' foram referidas a realização de algumas atividades domésticas, predominando, no entanto, referências classificadas como 'não determinado em qualidade de vida': "*Ir à praia*" (ID3); "*Eu não gosto de estar parada*" (ID6); "*Rogar pragas! Quando falam a dizer asneiras, fico danada! Não gosto!*" (ID8).

Em jeito de síntese, verifica-se que nas categorias 'o que mudou na sua vida' e 'superação da dor' o componente 'Funções do Corpo' é o mais referenciado; nas categorias 'estratégias adotadas', 'o que mais gosta de fazer' e 'o que menos gosta de fazer' predomina o componente 'Atividades e Participação'; e por fim, na categoria 'apoios físicos ou humanos', é referenciado unicamente o componente 'Fatores Ambientais' ('apoios e relacionamentos').

Na análise de comparação entre os resultados obtidos neste estudo e a *Checklist* geral da CIF sobressai a parte referente às 'limitações na atividade e restrições na participação' por apresentar, para além das sete unidades de classificação com correspondência à *Checklist* geral da CIF, nove subunidades de classificação que a ela podem ser reportadas, assim como três outras unidades de classificação pertencentes à CIF. O componente 'Fatores Ambientais' também apresenta sete unidades de classificação com correspondência à *Checklist* geral da CIF, mas só duas subunidades de classificação a ela podem ser reportadas, além de uma unidade e uma subunidade de classificação pertencentes à CIF. No entanto, este componente tem apenas 33 unidades de classificação e o componente referente às 'limitações na atividade e restrições na participação' tem 51 unidades de classificação.

Em termos globais, só se registaram quatro unidades e cinco subunidades de classificação que não se encontravam na *Checklist* geral da CIF. Por este motivo, considera-se que os resultados mapeados no presente estudo poderão ser contributos para a criação de um futuro *Core Set* genérico no âmbito do luto. Sabe-se que a criação de um *Core Set* implica uma outra metodologia e procedimentos distintos, pelo que se sugere que estes contributos possam ser relevantes numa fase preparatória, onde se poderão incluir as subfases de revisão sistemática da literatura e de perceção da perspetiva dos peritos.

Passa-se de seguida para a conclusão do presente estudo, onde serão apresentados os contributos, as limitações encontradas e algumas sugestões para futuras investigações.



## CONCLUSÃO

Nas sociedades mais tradicionais em geral, o ser-se velho conferia uma posição dignificante e, todos os que atingiam essa etapa eram tidos como sábios. Atualmente, na maioria das sociedades contemporâneas, ser-se velho significa estar-se excluído de vários lugares sociais. A velhice está diretamente relacionada com o afastamento do mundo produtivo onde, devido à valorização da força de produção, se criam barreiras para a participação da pessoa idosa em diversas dimensões da vida social. Há uma possível tendência para uma inadaptação aos padrões ideais estabelecidos pela sociedade como a perda do papel profissional com a reforma, a perda do papel na família (quando os filhos saem de casa) como chefe e provedor, a morte do cônjuge ou dos filhos e amigos, o diagnóstico de uma doença grave, a continuação de uma vida sem dignidade ou em circunstâncias onde se possa sentir humilhado (tais como a dependência física, mental ou financeira). Todos estes fatores podem conduzir ao seu isolamento, diminuindo os seus contatos com o mundo em que vive, fazendo surgir sentimentos de tristeza, melancolia, inutilidade e solidão, e que podem levar à depressão e, muitas vezes, à morte (Barracosa, 2013; Cerqueira, 2010; Fonseca, 2005; Minayo & Cavalcante, 2010). São assim alterações pelas quais a pessoa idosa poderá ter que fazer o seu processo de luto e cujo confronto lhe vai exigir um esforço acrescido para manter o seu bem-estar, dando-se particular destaque ao processo de luto por perda de filhos.

Em consonância com a revisão da literatura e com base em outras investigações, os resultados obtidos no presente estudo corroboram a ideia de que a morte de um(a) filho(a) não faz parte do conceito de morte como um fim natural, sendo vista como anti natura e não é aceite por nenhuma das defilhadas. Também o tempo decorrente da perda sofrida não foi um fator que, de alguma forma, pudesse ter influenciado os resultados obtidos: falecido há muito ou há pouco tempo, a dor e a revolta continuam sempre presentes em quase todas as narrativas, o que também se constatou pelos resultados obtidos no Inventário de Luto Complicado em que seis das defilhadas ainda se encontram num processo de luto complicado.

Sendo a CIF um modelo biopsicossocial da funcionalidade e incapacidade humana, os seus conceitos multidimensionais e interativos relacionam a i) anatomia e fisiologia do corpo, as ii) atividades e tarefas realizadas pela pessoa e as diferentes áreas da vida em que participa e os iii) fatores do meio-ambiente que influenciam essas experiências. Neste estudo, onde se pretendeu mapear as estratégias de superação do luto em pessoas idosas que perderam um(a) filho(a) com base nesse referencial, sobressaíram os componentes: 'Funções do Corpo' (b), 'Atividades e Participação' (d) e 'Fatores Ambientais' (e). De um modo geral, apesar de grande parte do processo de superação do luto ser bastante emocional foi possível classificá-lo no componente 'Funções do Corpo' (b), tendo sido consideradas estratégias facilitadoras do processo de superação da dor do luto, a identificação de funções emocionais pela consciencialização da dor, as funções de memória, as de pensamento, as de percepção, as do controlo psicomotor e da sensação da dor. Nos componentes 'Atividades e Participação' (d) e 'Fatores Ambientais' (e) ('apoios e relacionamentos'), também foram classificados vários excertos que surgiram ao longo das narrativas. Em relação à participação em atividades facilitadoras destacaram-se as relacionadas com a religião e a espiritualidade. Já o apoio físico mais referido foi o proporcionado pela medicação antidepressiva, enquanto o apoio humano foi o dado pelos familiares, amigos, colegas e profissionais de saúde. O recurso a determinadas práticas e ideologias sociais, referiam-se a estratégias proporcionadas por outros mas que facilitou o trabalho de luto das defilhadas.

A entrevista semiestruturada realizada não estava direcionada para a quantificação da dor sentida mas sim para a natureza dos sentimentos percecionados pelas defilhadas. Foi possível mapear as respostas dadas relativas ao processo de superação do luto com o referencial CIF, podendo este ser uma referência no impacto funcional e psicossocial que o luto tem sobre as pessoas. Contudo, a classificação não foi feita em termos de quantidade (por exemplo, se teve mais apoio ou menos apoio), não tendo sido utilizados os quantificadores, mas sim em termos de presença (se houve apoio de familiares, amigos...). Uma das maiores limitações na aplicação deste referencial foi o facto de a CIF não classificar a ausência, nem a não existência. Por exemplo, a solidão, o isolamento, o não querer sair de casa, o não querer falar com ninguém, o não querer ir ao cemitério porque o filho está lá, não são classificáveis na CIF.

Da análise comparativa do estudo com a *Checklist* geral da CIF, podemos inferir que apesar do luto não ser uma patologia, é possível, noutros estudos e outras metodologias, criar um *core set* específico para uma simples e rápida avaliação da funcionalidade relacionada com a o superação do processo de luto.

Não se tendo conhecimento de algum estudo, a nível internacional, sobre o reconhecimento de estratégias de superação do processo de luto mapeadas à CIF e, em particular, em pessoas idosas defilhadas, este assumiu claramente o carácter de estudo exploratório, o que se refletiu na escolha da dimensão da amostra, na faixa etária seleccionada e no facto de as participantes serem somente do género feminino. Sugere-se como futura investigação estudos com maiores amostras, com outras faixas etárias consideradas, outros estados civis e abrangendo ambos os géneros, o que permitirá fazer-se uma análise comparativa entre essas variáveis. Sugere-se ainda que se afine o protocolo a utilizar, de forma a se poder mapear mais dados com a utilização do referencial CIF, nomeadamente os relacionados com a fisiologia do enlutado (reage-se fisicamente ao luto, observável em alterações como a falta de ar, alteração do sono, mudança de apetite, entre outros) e com a quantificação daquilo que se observou.

Ainda que numa pequena amostra da população portuguesa, este estudo exploratório procurou dar contributos para uma mais eficaz e eficiente aplicabilidade do referencial CIF, noutros contextos que não o meramente clínico e, em particular, dar contributos para o corpo de conhecimentos relativo ao processo de superação do luto em pessoas idosas defilhadas em contexto de saúde.

## BIBLIOGRAFIA

- Andrade, C. L., Lebrão, M. L., & Aparecida, Y. D. O. (2007). O index de katz na avaliação da funcionalidade dos idosos. *Revista da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo*, 41(2), 317–325. doi:<http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342007000200021>
- APAV. (2012). O Luto por um Filho ou por uma Criança. Retrieved January 1, 2015, from <http://apav.pt/carontejoom/index.php/zoo/luto-em-adultos/o-luto-por-um-filho-ou-por-uma-crianca>
- Barbosa, C., Melchiori, L., & Neme, C. (2011). Morte, família e compreensão fenomenológica: revisão sistemática de literatura. *Psicologia em Revista*, 17(3), 363–377.
- Barracosa, C. I. S. (2013). *A qualidade do envelhecimento em condições de mono-residencialidade*. Dissertação apresentada à Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, com vista à obtenção do grau de Mestre.
- Bogdan, R. C., Biklen, S. K., Alvarez, M. J., Vasco, A. B., Santos, S. B., & Baptista, T. V. M. (1994). *Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Bowlby, J. (1984). *Perda. Tristeza e Depressão*. São Paulo: Martins Fontes.
- Cavanaugh, J. C., & Blanchard-Fields, F. (2014). *Adult development and Aging*. Australia, Belmont, CA: Wadsworth/ Cengage Learning.
- Cerqueira, M. (2010). *Imagens do envelhecimento e da velhice: um estudo na população portuguesa*. Tese apresentada à Secção Autónoma de Ciências da Saúde da Universidade de Aveiro com vista à obtenção do grau de Doutor.
- Chamberlayne, P., Bornat, J., & Wengraf, T. (2000). *The turn to biographical methods in social science: comparative issues and examples*. London: Routledge.
- Cieza, A., Geyh, S., Chatterji, S., Kostanjsek, N., Üstün, B., & Stucki, G. (2005). ICF linking rules: an update based on lessons learned. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 37(4), 212–218. doi:[10.1080/16501970510040263](https://doi.org/10.1080/16501970510040263)
- Cowles, K. (1996). Cultural perspectives of grief: an expanded concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 23(2), 287–294.
- Falcão, D. V. S., & Bucher-Maluschke, J. S. N. F. (2010). Resiliência e saúde mental dos idosos. In D. V. S. Falcão & L. F. Araújo (Eds.), *Idosos e saúde mental* (pp. 11–31). Campinas: Papirus.
- Fiedler, M. M., & Peres, K. G. (2008). Capacidade funcional e fatores associados em idosos do Sul do Brasil: um estudo de base populacional. *Cadernos de Saúde Pública*, 24(2), 409–415. doi:[10.1590/S0102-311X2008000200020](https://doi.org/10.1590/S0102-311X2008000200020)

- Fillenbaum, G., Chandra, V., Ganguli, M., Pandav, R., Gilby, J., Seabert, E., & Al, E. (1999). Development of na activities of daily living scale to screen for dementia in a illiterate rural older population in India. *Age and Aging*, 28(2), 161–168.
- Florencio, S. (2015). *A experiência do luto e a vinculação*. Dissertação apresentada à Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias com vista à obtenção do grau de Mestre. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10437/6431>
- Fonseca, A. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Fortin, M. F. (2000). *O processo de investigação: da concepção à realização*. Loures: Lusociencia.
- Freud, S. (1917). Mourning and Melancholia. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, 14(239), 1957–1961. Retrieved from [http://www.arch.mcgill.ca/prof/bressani/arch653/winter2010/Freud\\_Mourningandmelancholia.pdf](http://www.arch.mcgill.ca/prof/bressani/arch653/winter2010/Freud_Mourningandmelancholia.pdf)
- Galinha, S. (2009). A inter-relação qualidade de vida percebida, bem estar subjectivo no envelhecimento activo, animação e coaching ontológico. In J. D. L. Pereira & M. S. Lopes (Eds.), *Animação Sóciocultural na Terceira Idade* (pp. 89–107). Chaves: Intervenção - Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.
- Gordilho, A., Nascimento, J. S., Silvestre, J., Ramos, L. R., & Freire, M. P. A. (2001). Desafios a serem enfrentados no terceiro milênio pelo setor saúde na atenção integral ao idoso. *Bahia Análise & Dados*, 10(4), 138–153.
- Granja, A. (2010). *Sem ti Inês*. Lisboa: Cadernos Pessoais.
- Hays, J. C., & Hendrix, C. C. (2008). The role of religion in bereavement. In *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention*. (pp. 327–348). Washington: American Psychological Association. doi:10.1037/14498-016
- ICF Core-Sets. (n.d.). Retrieved October 26, 2015, from <http://www.icf-core-sets.org/en/page1.php>
- Jacob, L. (2005). A importância das Universidades de Terceira Idade na qualidade de vida dos seniores em Portugal. *Revista Medicina e Saúde*, 16–17.
- Kovács, M. J. (1992). *Morte e desenvolvimento humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Kubler-Ross, E. (2002). *Sobre a morte e o morrer*. São Paulo: Martins Fontes.
- Leme, L. E. G. (2002). A gerontologia e o problema do envelhecimento. In M. P. Netto (Ed.), *Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada* (pp. 13–25). São Paulo: Atheneu.
- Minayo, M., & Cavalcante, F. (2010). Suicídio entre pessoas idosas: revisão da literatura. *Revista de Saúde Pública*, 44(4), 750–757.



- Monbourquette, J. (2006). *Crescer: amar, perder e crescer. A arte de transformar uma perda em ganho*. Lisboa: Paulinas.
- Organização Mundial de Saúde. (2004). Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde: Classificação Detalhada com definições. *OMS*, 222.
- Oliveira, J. B. A., & Lopes, R. G. da C. (2008). O processo de luto no idoso pela morte de cônjuge e filho. *Psicologia em Estudo*, 13(2), 217–221. doi:DOI: 10.1590/S1413-73722008000200003
- Pangrazzi, A. (1999). *Conviver com a perda de uma pessoa querida*. Lisboa: Paulinas Editora.
- Parkes, C. M. (1998). *Estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus Editorial.
- Parkes, C. M. (2009). *Amor e Perda: as raízes do luto e as suas complicações*. São Paulo: Summus Editorial.
- Parkes, C. M., Laungani, P., & Young, B. (2003). *Morte e luto através das culturas*. Lisboa: Climepsi Editora.
- Paúl, C. (1997). *Lá para o fim da vida*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Paula, B. (2009). *Corpos enlutados: por um cuidado espiritual terapêutico em situações de luto*. Dissertação apresentada à Universidade Metodista de São Paulo com vista à obtenção do grau de Mestre.
- Pereira, G. N., Bastos, G. A. N., Nuca, G. F. Del, & Bós, A. J. G. (2012). Indicadores demográficos e socioeconomicos associados à incapacidade funcional em idosos. *Cadernos de Saúde Pública*, 28(11), 2035–2042. Retrieved from <http://www.scielo.br/pdf/csp/v28n11/03.pdf>
- Pestana, D. C. F. (2012). Dor e funcionalidade em idosos nos cuidados de saúde primários. Universidade de Aveiro. Retrieved from <https://ria.ua.pt/handle/10773/10111>
- Pfeiffer, E. (1975). A short portable mental status questionnaire for the assessment of organic brain deficit in elderly patients. *Journal of American Geriatrics Society*, 23(10), 433–441.
- Pinheiro, M. T., Quintella, R., & Vertzam, S. (2010). Distinção teórico-clínica entre depressão, luto e melancolia. *Psicologia Clínica*, 22(2), 147–168. doi:10.1590/S0103-56652010000200010
- Portelada, B. C. M. (2013). *Atividade física e funcionalidade em pessoas idosas*. Dissertação apresentada à Secção Autónoma de Ciências da Saúde da Universidade de Aveiro com vista à obtenção do grau de Mestre.
- Prigerson, G. H., & Maciejewski, K. L. (2008). Grief and acceptance as opposite sides of the same coin: setting a research agenda to study peaceful acceptance of loss. *British Journal of Psychiatry*, 193(6), 435–437. doi:10.1192/bjp.bp.108.053157
- Rebelo, H. (2007). Psicoterapia na idade adulta avançada. *Análise Psicológica*, 4(25), 543–557.
- Rebelo, J. E. (2004). *Desatar o nó do luto: silêncios, receios e tabus*. Lisboa: Editorial Notícias.

- Rebelo, J. E. (2009). *Amor, luto e solidão*. Lisboa: Casa das Letras.
- Rebelo, J. E. (2013). *Defilhar: como viver a perda de um filho*. Lisboa: Casa das Letras.
- Rodrigues, R. M. C. (2008). Validação da versão em português europeu de questionário de avaliação funcional multidimensional de idosos. *Revista Panamericana de Salud Publica*, 23(2), 109–115.
- Sarmiento, T. (2002). *Histórias de vida de educadoras de infância*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.
- Silva, C. A., Carvalho, L. S., Santos, A. C. P. de O., & Menezes, M. do R. (2007). Vivendo após a morte de amigos: história oral de idosos. *Texto & Contexto de Enfermagem*, 16(1), 97–104. Retrieved from <http://www.textoecontexto.ufsc.br/include/getdoc.php?id=397&article=240&mode=pdf>
- Silva, M. E. (2005). Saúde mental e idade avançada. In C. Paúl & A. Fonseca (Eds.), *Envelhecer em Portugal* (pp. 137–156). Lisboa: Climepsi Editores.
- Silverman, P. R. (1981). Helping women cope with grief. *Sage Human Services Guide* (Vol. 25). London: Sage Publications, Inc.
- Sousa, J. G. (2013). *Velhice na cultura contemporânea: um estudo sobre a perda emocional profunda*. Tese apresentada à Secção Autónoma de Ciências da Saúde da Universidade de Aveiro com vista à obtenção do grau de Doutor.
- Spirduso, W., Francis, K., & MacRae, P. (2005). *Physical Dimensions of Aging*. USA: Human Kinetics.
- Streubert, J. H., & Carpenter, D. (2002). *Investigação qualitativa em enfermagem - avançando o imperativo humanista*. Loures: Lusociência.
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: rationale and description. *Death Studies*, 23(3), 197–224.
- Thiry-Cherques, H. R. (2009). Saturação em pesquisa qualitativa: estimativa empírica de dimensionamento. *Revista Brasileira de Pesquisas de Marketing*, 3, p.20-27.
- Twycross, R. (2003). *Cuidados Paliativos*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Vargas, H. S. (1994). *Psicogeriatría Geral*. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan.
- Veras, R., & Lourenço, R. (2006). Do mito da cura à preservação da função: a contemporaneidade da jovem Geriatria. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 8(1); 9-20.
- WHO | International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). (n.d.). Retrieved from <http://www.who.int/classifications/icf/en/>

Worden, W. (1998). *Terapia do luto*. Porto Alegre: Artmed Editora.

Yin, R. K. (2010). *Estudo de caso: planejamento e métodos*. Porto Alegre: Artmed Editora.

Zimmerman, G. I. (2007). *Velhice - aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artmed Editora.

**ANEXO I**

**(DECLARAÇÃO DE CONSENTIMENTO INFORMADO,  
LIVRE E ESCLARECIDO)**

## FOLHA DE INFORMAÇÕES

### 1. Introdução

Somos um grupo de investigadores/estudantes da Universidade de Aveiro e gostaríamos de o(a) convidar para participar no estudo que estamos a realizar. Contudo, antes de decidir se gostaria de participar, é importante que compreenda os objetivos do estudo e o que ele envolve. Peço-lhe que leia atentamente as informações que se seguem e que, se assim o considerar, as discuta com parentes e/ou amigos. Por favor, sinta-se à vontade para nos contactar e colocar todas as questões que lhe surjam (o número de telefone e morada encontram-se no final desta folha).

### 2. Informação adicional

Este estudo tem como objetivo analisar a relação entre estratégias de superação do processo de luto e a funcionalidade em pessoas idosas viúvas institucionalizadas.

Esta informação ajudará os profissionais das áreas da saúde e social a identificarem qual a melhor forma de apoiar quem necessita de cuidados adicionais na superação do processo de luto e a implementar programas de intervenção com o objetivo de melhorar a qualidade de vida destas pessoas.

### 3. Será que sou a pessoa adequada para participar neste estudo?

Para participar neste estudo, procuramos pessoas com 60 ou mais anos e que se sintam em luto, e que frequentem uma instituição.

### 4. Sou obrigado a participar no estudo?

A decisão de participar ou não no estudo é sua! Se decidir participar ser-lhe-á pedido que assine a folha do consentimento livre, esclarecido e informado e que nos dê uma entrevista. **Se decidir participar e depois quiser desistir, poderá fazê-lo em qualquer altura e sem dar nenhuma explicação.**

### 5. O que irá acontecer se eu decidir participar?

Se decidir participar no estudo, será entrevistado por uma investigadora/estudante da Universidade de Aveiro. Cada entrevista demorará cerca de 45 minutos e terá lugar na instituição.

Durante a entrevista irá ser pedido que responda a duas escalas e a três perguntas sobre o seu luto.

**6. Quais são os possíveis benefícios de participar neste estudo?**

O estudo realiza-se no âmbito de um projeto de investigação/mestrado e não o ajudará a si diretamente. Contudo, os resultados deste estudo irão ajudar os investigadores e profissionais de saúde e da área social a identificar estratégias de superação de luto e qual sua repercussão na funcionalidade do dia-a-dia e, assim como a desenhar programas de intervenção para melhorar a qualidade de vidas destas pessoas e evitar que venham a precisar, no futuro, de cuidados de saúde adicionais.

**7. O que acontecerá aos resultados do estudo?**

Uma vez concluído o estudo, os seus resultados serão apresentados sob a forma de uma dissertação de mestrado e poderão vir a ser publicados numa revista de investigação.

**8. Será assegurada a confidencialidade dos meus dados?**

O seu anonimato será sempre garantido. A informação recolhida será codificada e mantida estritamente confidencial para todos os que não estejam diretamente envolvidos no estudo.

**Contacto do investigador responsável (caso queira colocar dúvidas ou questões):**

Margarida Cerqueira

Professora Adjunta

Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro | Tel. 234 372 444 | Ext. 27136

[mcerqueira@ua.pt](mailto:mcerqueira@ua.pt)

José Eduardo Rebelo

Professor Adjunto

Departamento de Biologia | Tel. 234 370 780 | Ext. 22788

[rebelo@ua.pt](mailto:rebelo@ua.pt)

**Contacto do estudante/investigador**

Margarida Soares

Estudante do mestrado em Gerontologia

Secção Autónoma de Ciências da Saúde da Universidade de Aveiro | Tel. 914869883

[margaridasoares@joaocurasoares.com](mailto:margaridasoares@joaocurasoares.com)

## **ANEXO II**

**(Breve questionário portátil sobre o estado mental; Dados sociodemográficos; Inventário do luto complicado)**

**CONSENTIMENTO INFORMADO, LIVRE E ESCLARECIDO**

**Considerando a Declaração de Helsínquia da Associação Médica Mundial**

(Helsínquia, 1964; Tóquio, 1975; Veneza, 1983; Hong Kong, 1989; Somerset West, 1996; Edimburgo, 2000)

**Por favor responda às questões que se seguem colocando uma cruz na coluna apropriada.**

	<b>Sim</b>	<b>Não</b>
Eu recebi toda a informação adequada sobre o estudo.		
Eu li/foi-me lida a folha de informação aos participantes.		
Foi-me permitido colocar questões e discutir o estudo.		
Eu compreendo que posso desistir do estudo em qualquer altura e sem qualquer penalização.		
Eu concordo em participar no estudo sobre luto e funcionalidade (CIF).		

Nome do investigador: \_\_\_\_\_

Assinatura do investigador: \_\_\_\_\_

Nome do participante: \_\_\_\_\_

**Assinatura do(a) participante**

\_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 201\_\_



**PASSAR O CONSENTIMENTO INFORMADO, LIVRE E ESCLARECIDO**

Explicação dos objetivos do estudo, seu enquadramento, condições de participação, confidencialidade e anonimato (assinar consentimento).

**MANTER CONTACTO VISUAL**

Senhor(a). \_\_\_\_, gostaria de lhe agradecer por aceitar falar comigo e pelo tempo que lhe vou ocupar na resposta às nossas questões. A nossa conversa deverá durar entre 20 a 30 minutos.

Durante este tempo farei algumas perguntas sobre si, sobre a sua perda e sobre alguns aspetos do seu dia-a-dia. Se durante a nossa conversa não quiser responder a alguma questão, não há qualquer problema, apenas tem de me o dizer. Tem alguma dúvida ou pergunta que queira colocar agora, antes de começarmos?

**1. INFORMAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA**

Para começar, vou-lhe fazer algumas perguntas muito simples sobre si.

Nome:	Apelido:	Género:	I.D.:
Idade:	Estado Civil:	Escolaridade:	N.º de filhos:
Data de nascimento:	Localidade geográfica: Urbano/Rural		
Quando faleceu o ente querido?	Morte esperada ou súbita?	Institucionalizado(a)?	
Toma medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos?		Há quanto tempo a toma?	
Quais os medicamentos?			

Estas foram questões gerais sobre si. Agora gostaria que o(a) Sr(a). me respondesse ao seguinte.

**2. FUNCIONAMENTO COGNITIVO****BREVE QUESTIONÁRIO SOBRE O ESTADO MENTAL – 10 itens**

(10-item *Short Portable Mental Status Questionnaire*, Pfeiffer, 1973; traduzido e adaptado por **Rodrigues, 2008**)

	Não	Sim
1. Em que data estamos? (dia/mês/ano)*	0	1
2. Que dia da semana é hoje?	0	1
3. Como se chama esta localidade?	0	1
4. Qual é o seu número de telefone? Qual é o seu endereço (só se não tiver telefone)	0	1
5. Quantos anos tem?	0	1
6. Qual é a sua data de nascimento? (dia/mês/ano)*	0	1
7. Como se chama o atual Presidente da República?	0	1
8. Como se chamava o anterior Presidente da República?	0	1
9. Qual é o seu apelido?	0	1
10. Subtraia 3 de 20. Agora subtraia mais três...**	0	1

\*Tem que nomear corretamente

\*\*Tem que nomear corretamente a sequência (20 ou 17, 14, 11, 8, 5, 2)

Obrigado(a) por ter respondido. Importa-se que falemos agora sobre o seu luto?

### 3. LUTO

#### INVENTÁRIO DE LUTO COMPLICADO (ICG) (Frade e Rocha, 2010)

A seguir encontra-se uma lista de dificuldades que são sentidas, por vezes, pelas pessoas após a perda de um ente querido. Por favor, leia cada um dos itens e indique, com um círculo, a resposta que melhor descreve como se sente atualmente em relação a uma situação de luto.

	Nunca	Rara-mente	Às vezes	Muitas vezes	Sempre
1. Eu penso tanto nesta pessoa que é difícil fazer as coisas que normalmente faço...	0	1	2	3	4
2. As memórias da pessoa que morreu perturbam-me...	0	1	2	3	4
3. Eu sinto que não aceito a morte da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
4. Eu dou por mim a sentir a falta da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
5. Eu sinto-me atraído pelas coisas e lugares associados à pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
6 Não consigo evitar sentir-me zangado com a sua morte...	0	1	2	3	4
7. Eu sinto descrença sobre o que aconteceu...	0	1	2	3	4
8. Eu sinto-me atordoado ou confuso com o que aconteceu...	0	1	2	3	4
9. Desde que ele(a) morreu é-me difícil confiar nas pessoas...	0	1	2	3	4
10. Desde que ele(a) morreu, sinto que perdi a capacidade de me interessar com outras pessoas ou sinto-me distante das pessoas de que gosto...	0	1	2	3	4
11. Eu sinto dor na mesma parte do corpo ou tenho alguns dos sintomas da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
12. Eu desvio-me do meu caminho para evitar lembranças da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
13. Sinto a minha vida vazia sem a pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
14. Eu ouço a voz da pessoa que morreu falar-me...	0	1	2	3	4
15. Eu vejo a pessoa que morreu diante de mim...	0	1	2	3	4
16. Eu sinto que é injusto que eu deva viver enquanto esta pessoa morreu...	0	1	2	3	4
17. Eu sinto-me amargurado(a) sobre a morte desta pessoa...	0	1	2	3	4
18. Eu sinto inveja daqueles que não perderam ninguém próximo...	0	1	2	3	4
19. Eu sinto-me só grande parte do tempo desde que ele(a) morreu...	0	1	2	3	4

Obrigado(a) por ter respondido. Agora vou-lhe perguntar como se sente atualmente e o que sente que fez (faz) para superar a perda do ente querido que perdeu.

#### 4. ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA (adaptado de Sousa, 2013)

1. Sente-se, neste momento, em luto?

##### [Vida adulta]

2. Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa.

##### [A perda]

3. Fale-me acerca do que sentiu após a perda do seu ente querido (dentro da família, dos amigos, da profissão, condição de saúde, situação socioeconómica).
  - a. O que mudou na sua vida?
  - b. Como fez (ou faz) a superação da dor?
  - c. Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?
  - d. Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?
  - e. O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?

Sr(a). \_\_\_\_, muito obrigado(a) por partilhar todos estes assuntos delicados comigo. Chegámos ao fim da nossa conversa, pelo que quero agradecer-lhe, uma vez mais, por se ter disponibilizado a colaborar neste trabalho de índole científico.

#### 5. CONCLUSÃO

Não tenho mais nenhuma pergunta a fazer. Gostaria de dizer mais alguma coisa que considere importante? (Em caso negativo) Ficamos então por aqui.

Primeiro momento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/201\_\_ | Segundo momento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/201\_\_

Local da entrevista: \_\_\_\_\_ Outra pessoa (familiar/amigo/vizinho) presente no momento da entrevista: \_\_\_\_\_

Entrevistador(es): \_\_\_\_\_

##### OBSERVAÇÕES

--

## **ANEXO III**

**(parecer do Observatório do Luto em Portugal)**



## PARECER

Sobre o estudo "O processo de luto em pessoas idosas defilhadas da comunidade e a CIF: um estudo exploratório"

### A - RELATÓRIO

**A.1.** O Observatório do Luto em Portugal iniciou o seu parecer com base no pedido solicitado à sua Direção, datado de 29 de outubro de 2014, sobre o estudo "O processo de luto em mulheres idosas defilhadas e a CIF: um estudo exploratório" a realizar no Distrito de Aveiro.

**A.2.** Fazem parte do processo de avaliação os seguintes documentos: I) pedido de parecer à Direção do Observatório do Luto em Portugal pela Investigadora, para a realização do estudo; II) protocolo do estudo, questionário, folha de informações e modelo de consentimento informado; e III) declaração da Investigadora principal comprometendo-se na entrega, ao Observatório do Luto em Portugal a dissertação final do trabalho de investigação.

**A.3.** Este estudo tem como objetivo geral «analisar, no âmbito da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), o processo de superação do luto pela perda de um filho em mulheres com idade igual ou superior a 60 anos e que vivem na comunidade».

Trata-se de um estudo que se insere numa abordagem qualitativa, do tipo transversal descritivo, com aplicação de um protocolo com dois instrumentos de avaliação e uma entrevista semiestruturada. A população será constituída mulheres, com mais de 60 anos, residentes numa comunidade e a quem faleceu um filho.

A amostra não-probabilística, objetiva, de conveniência, será constituída por um total obtido através do ponto de saturação de respostas encontrado. Destacam-se como critérios de inclusão: i) terem uma experiência vivencial de luto por perda de um filho, ii) terem mais de 60 anos de idade, e iii) residirem na comunidade. Como critérios de exclusão foram definidos: i) a incapacidade para perceber o que iria ser realizado ou a impossibilidade de assinar o consentimento informado, livre e esclarecido e ii) obter uma pontuação igual ou superior a 4 no instrumento de avaliação cognitiva "Short Portable Mental Status Questionnaire" (SPMQ;



Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental], utilizado para despiste do declínio cognitivo.

O convite será feito pessoalmente pela investigadora a participantes a residir na comunidade, sendo marcados um local e uma hora com caso aceite. A investigadora informa, claramente, sobre os procedimentos quanto à recolha da informação.

As participantes do estudo são devidamente informadas sobre o mesmo, e a folha de informações e o modelo de consentimento informado, livre e esclarecido apresentados atendem os pressupostos que salvaguardam o princípio da autonomia, garantindo ainda a confidencialidade e o anonimato.

#### **B – IDENTIFICAÇÃO DAS QUESTÕES COM EVENTUAIS IMPLICAÇÕES ÉTICAS**

**B.1.** Reconhece-se pertinência ao estudo e interesse prático nos resultados esperados. Está desenhado numa base metodológica correta, o que salvaguarda aspetos éticos fundamentais.

**B.2.** Estão acautelados os princípios da justiça e da autonomia e bem-estar das participantes pelos objetivos apresentados e pela justificação para a recolha de dados.

#### **C – CONCLUSÕES**

Face ao exposto, a Direção do OLP-Observatório do Luto em Portugal delibera dar parecer favorável à realização deste estudo.

Aveiro, 12 de novembro de 2014

  
(Prof.ª Doutora Maria de Fátima Albuquerque)

## **ANEXO IV**

### **(*checklist* geral da CIF)**

# ICF CHECKLIST

## Version 2.1a, Clinician Form

### for International Classification of Functioning, Disability and Health

*This is a checklist of major categories of the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) of the World Health Organization. The ICF Checklist is a practical tool to elicit and record information on the functioning and disability of an individual. This information can be summarized for case records (for example, in clinical practice or social work). The checklist should be used along with the ICF or ICF Pocket version.*

**H 1.** When completing this checklist, use all information available. Please check those used:

[1] written records [2] primary respondent [3] other informants [4] direct observation

*If medical and diagnostic information is not available it is suggested to complete appendix 1: Brief Health Information (p 9-10) which can be completed by the respondent.*

**H 2.** Date \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ **H 3.** Case ID \_\_\_\_ , \_\_\_\_ , \_\_\_\_ **H 4.** Participant No. \_\_\_\_ , \_\_\_\_ , \_\_\_\_  
Day Month Year CE or CS Case No. 1<sup>st</sup> or 2<sup>nd</sup> Eval. FTC Site Participant

#### A. DEMOGRAPHIC INFORMATION

**A.1 NAME (optional)** First \_\_\_\_\_ FAMILY \_\_\_\_\_

**A.2 SEX** (1) [ ] Female (2) [ ] Male

**A.3 DATE OF BIRTH** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ (date/month/year)

**A.4 ADDRESS (optional)**

**A.5 YEARS OF FORMAL EDUCATION** \_\_\_\_

**A.6 CURRENT MARITAL STATUS:** (Check only one that is most applicable)

(1) Never married [ ] (4) Divorced [ ]  
(2) Currently Married [ ] (5) Widowed [ ]  
(3) Separated [ ] (6) Cohabiting [ ]

**A.7 CURRENT OCCUPATION** (Select the single best option)

(1) Paid employment [ ] (6) Retired [ ]  
(2) Self-employed [ ] (7) Unemployed (health reason) [ ]  
(3) Non-paid work, such as volunteer/charity [ ] (8) Unemployed (other reason) [ ]  
(4) Student [ ] (9) Other [ ]  
(5) Keeping house/House-maker [ ] (please specify) \_\_\_\_\_

**A.8 MEDICAL DIAGNOSIS of existing Main Health Conditions,** if possible give ICD Codes.

1. No Medical Condition exists

2. \_\_\_\_\_ ICD code: \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_ ICD code: \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_ ICD code: \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_

5. A Health Condition (disease, disorder, injury) exists, however its nature or diagnosis is not known



**PART 1a: IMPAIRMENTS of BODY FUNCTIONS**

- Body functions are the physiological functions of body systems (including psychological functions).
- Impairments are problems in body function as a significant deviation or loss.

*First Qualifier: Extent of impairments*

**0** No impairment means the person has no problem

**1** Mild impairment means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.

**2** Moderate impairment means that a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.

**3** Severe impairment means that a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.

**4** Complete impairment means that a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.

**8** Not specified means there is insufficient information to specify the severity of the impairment.

**9** Not applicable means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).

<i>Short List of Body Functions</i>	<i>Qualifier</i>
<b>b1. MENTAL FUNCTIONS</b>	
b110 Consciousness	
b114 Orientation (time, place, person)	
b117 Intellectual (incl. Retardation, dementia)	
b130 Energy and drive functions	
b134 Sleep	
b140 Attention	
b144 Memory	
b152 Emotional functions	
b156 Perceptual functions	
b164 Higher level cognitive functions	
b167 Language	
<b>b2. SENSORY FUNCTIONS AND PAIN</b>	
b210 Seeing	
b230 Hearing	
b235 Vestibular (incl. Balance functions)	
b280 Pain	
<b>b3. VOICE AND SPEECH FUNCTIONS</b>	
b310 Voice	
<b>b4. FUNCTIONS OF THE CARDIOVASCULAR, HAEMATOLOGICAL, IMMUNOLOGICAL AND RESPIRATORY SYSTEMS</b>	
b410 Heart	
b420 Blood pressure	
b430 Haematological (blood)	
b435 Immunological (allergies, hypersensitivity)	
b440 Respiration (breathing)	
<b>b5. FUNCTIONS OF THE DIGESTIVE, METABOLIC AND ENDOCRINE SYSTEMS</b>	
b515 Digestive	
b525 Defecation	
b530 Weight maintenance	
b555 Endocrine glands (hormonal changes)	
<b>b6. GENITOURINARY AND REPRODUCTIVE FUNCTIONS</b>	
b620 Urination functions	

b640 Sexual functions	
<b>b7. NEUROMUSCULOSKELETAL AND MOVEMENT RELATED FUNCTIONS</b>	
b710 Mobility of joint	
b730 Muscle power	
b735 Muscle tone	
b765 Involuntary movements	
<b>b8. FUNCTIONS OF THE SKIN AND RELATED STRUCTURES</b>	
<b>ANY OTHER BODY FUNCTIONS</b>	

### Part 1 b: IMPAIRMENTS of BODY STRUCTURES

- Body structures are anatomical parts of the body such as organs, limbs and their components.
- Impairments are problems in structure as a significant deviation or loss.

First Qualifier: <i>Extent of impairment</i>	Second Qualifier: <i>Nature of the change</i>
<p>0 <i>No impairment</i> means the person has no problem</p> <p>1 <i>Mild impairment</i> means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.</p> <p>2 <i>Moderate impairment</i> means that a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.</p> <p>3 <i>Severe impairment</i> means that a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.</p> <p>4 <i>Complete impairment</i> means that a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.</p> <p>8 <i>Not specified</i> means there is insufficient information to specify the severity of the impairment.</p> <p>9 <i>Not applicable</i> means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).</p>	<p>0 No change in structure</p> <p>1 Total absence</p> <p>2 Partial absence</p> <p>3 Additional part</p> <p>4 Aberrant dimensions</p> <p>5 Discontinuity</p> <p>6 Deviating position</p> <p>7 Qualitative changes in structure, including accumulation of fluid</p> <p>8 Not specified</p> <p>9 Not applicable</p>

<i>Short List of Body Structures</i>	First Qualifier: <i>Extent of impairment</i>	Second Qualifier: <i>Nature of the change</i>
<b>s1. STRUCTURE OF THE NERVOUS SYSTEM</b>		
s110 Brain		
s120 Spinal cord and peripheral nerves		
<b>s2. THE EYE, EAR AND RELATED STRUCTURES</b>		
<b>s3. STRUCTURES INVOLVED IN VOICE AND SPEECH</b>		
<b>s4. STRUCTURE OF THE CARDIOVASCULAR, IMMUNOLOGICAL AND RESPIRATORY SYSTEMS</b>		
s410 Cardiovascular system		
s430 Respiratory system		
<b>s5. STRUCTURES RELATED TO THE DIGESTIVE, METABOLISM AND ENDOCRINE SYSTEMS</b>		

<b>s6. STRUCTURE RELATED TO GENITOURINARY AND REPRODUCTIVE SYSTEM</b>		
s610 Urinary system		
s630 Reproductive system		
<b>s7. STRUCTURE RELATED TO MOVEMENT</b>		
s710 Head and neck region		
s720 Shoulder region		
s730 Upper extremity (arm, hand)		
s740 Pelvis		
s750 Lower extremity (leg, foot)		
s760 Trunk		
<b>s8. SKIN AND RELATED STRUCTURES</b>		
<b>ANY OTHER BODY STRUCTURES</b>		

## PART 2: ACTIVITY LIMITATIONS & PARTICIPATION RESTRICTION

- *Activity is the execution of a task or action by an individual. Participation is involvement in a life situation.*
- *Activity limitations are difficulties an individual may have in executing activities. Participation restrictions are problems an individual may have in involvement in life situations.*

*The Performance qualifier indicates the extent of Participation restriction by describing the persons actual performance of a task or action in his or her current environment. Because the current environment brings in the societal context, performance can also be understood as "involvement in a life situation" or "the lived experience" of people in the actual context in which they live. This context includes the environmental factors – all aspects of the physical, social and attitudinal world that can be coded using the Environmental. The Performance qualifier measures the difficulty the respondent experiences in doing things, assuming that they want to do them.*

*The Capacity qualifier indicates the extent of Activity limitation by describing the person ability to execute a task or an action. The Capacity qualifier focuses on limitations that are inherent or intrinsic features of the person themselves. These limitations should be direct manifestations of the respondent's health state, without the assistance. By assistance we mean the help of another person, or assistance provided by an adapted or specially designed tool or vehicle, or any form of environmental modification to a room, home, workplace etc.. The level of capacity should be judged relative to that normally expected of the person, or the person's capacity before they acquired their health condition.*

**Note:** Use Appendix 2 if needed to elicit information on the Activities and Participation of the individual

<b>First Qualifier: Performance</b> Extent of Participation Restriction	<b>Second Qualifier: Capacity (without assistance)</b> Extent of Activity limitation
<p><i>0 No difficulty</i> means the person has no problem</p> <p><i>1 Mild difficulty</i> means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.</p> <p><i>2 Moderate difficulty</i> means that a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.</p> <p><i>3 Severe difficulty</i> means that a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.</p> <p><i>4 Complete difficulty</i> means that a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.</p> <p><i>8 Not specified</i> means there is insufficient information to specify the severity of the difficulty.</p> <p><i>9 Not applicable</i> means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).</p>	

<i>Short List of A&amp;P domains</i>	<i>Performance Qualifier</i>	<i>Capacity Qualifier</i>
<b>d1. LEARNING AND APPLYING KNOWLEDGE</b>		
d110 Watching		
d115 Listening		
d140 Learning to read		
d145 Learning to write		
d150 Learning to calculate (arithmetic)		
d175 Solving problems		
<b>d2. GENERAL TASKS AND DEMANDS</b>		
d210 Undertaking a single task		
d220 Undertaking multiple tasks		
<b>d3. COMMUNICATION</b>		
d310 Communicating with -- receiving -- spoken messages		
d315 Communicating with -- receiving -- non-verbal messages		
d330 Speaking		
d335 Producing non-verbal messages		
d350 Conversation		
<b>d4. MOBILITY</b>		
d430 Lifting and carrying objects		
d440 Fine hand use (picking up, grasping)		
d450 Walking		
d465 Moving around using equipment (wheelchair, skates, etc.)		
d470 Using transportation (car, bus, train, plane, etc.)		
d475 Driving (riding bicycle and motorbike, driving car, etc.)		
<b>d5. SELF CARE</b>		
d510 Washing oneself (bathing, drying, washing hands, etc.)		
d520 Caring for body parts (brushing teeth, shaving, grooming, etc.)		
d530 Toileting		
d540 Dressing		
d550 Eating		
d560 Drinking		
d570 Looking after one's health		
<b>d6. DOMESTIC LIFE</b>		
d620 Acquisition of goods and services (shopping, etc.)		
d630 Preparation of meals (cooking etc.)		
d640 Doing housework (cleaning house, washing dishes laundry, ironing, etc.)		
d660 Assisting others		
<b>d7. INTERPERSONAL INTERACTIONS AND RELATIONSHIPS</b>		
d710 Basic interpersonal interactions		
d720 Complex interpersonal interactions		
d730 Relating with strangers		
d740 Formal relationships		
d750 Informal social relationships		
d760 Family relationships		
d770 Intimate relationships		
<b>d8. MAJOR LIFE AREAS</b>		

d810 Informal education		
d820 School education		
d830 Higher education		
d850 Remunerative employment		
d860 Basic economic transactions		
d870 Economic self-sufficiency		
<b>d9. COMMUNITY, SOCIAL AND CIVIC LIFE</b>		
d910 Community Life		
d920 Recreation and leisure		
d930 Religion and spirituality		
d940 Human rights		
d950 Political life and citizenship		
<b>ANY OTHER ACTIVITY AND PARTICIPATION</b>		

### PART 3: ENVIRONMENTAL FACTORS

- *Environmental factors make up the physical, social and attitudinal environment in which people live and conduct their lives.*

*Qualifier in environment:  
Barriers or facilitator*

0 No barriers  
1 Mild barriers  
2 Moderate barriers  
3 Severe barriers  
4 Complete barriers

0 No facilitator  
+1 Mild facilitator  
+2 Moderate facilitator  
+3 Substantial facilitator  
+4 Complete facilitator

<i>Short List of Environment</i>	<i>Qualifier barrier or facilitator</i>
<b>e1. PRODUCTS AND TECHNOLOGY</b>	
e110 For personal consumption (food, medicines)	
e115 For personal use in daily living	
e120 For personal indoor and outdoor mobility and transportation	
e125 Products for communication	
e150 Design, construction and building products and technology of buildings for public use	
e155 Design, construction and building products and technology of buildings for private use	
<b>e2. NATURAL ENVIRONMENT AND HUMAN MADE CHANGES TO ENVIRONMENT</b>	
e225 Climate	
e240 Light	
e250 Sound	
<b>e3. SUPPORT AND RELATIONSHIPS</b>	
e310 Immediate family	
e320 Friends	
e325 Acquaintances, peers, colleagues, neighbours and community members	
e330 People in position of authority	
e340 Personal care providers and personal assistants	
e355 Health professionals	
e360 Health related professionals	
<b>e4. ATTITUDES</b>	
e410 Individual attitudes of immediate family members	
e420 Individual attitudes of friends	
e440 Individual attitudes of personal care providers and personal assistants	
e450 Individual attitudes of health professionals	
e455 Individual attitudes of health related professionals	
e460 Societal attitudes	
e465 Social norms, practices and ideologies	
<b>E5. SERVICES, SYSTEMS AND POLICIES</b>	
e525 Housing services, systems and policies	
e535 Communication services, systems and policies	
e540 Transportation services, systems and policies	
e550 Legal services, systems and policies	
e570 Social security, services, systems and policies	
e575 General social support services, systems and policies	
e580 Health services, systems and policies	
e585 Education and training services, systems and policies	
e590 Labour and employment services, systems and policies	
<b>ANY OTHER ENVIRONMENTAL FACTORS</b>	

#### **Part 4: OTHER CONTEXTUAL INFORMATION**

**4.1** Give a thumbnail sketch of the individual and any other relevant information.

**4.2** Include any *Personal Factors* as they impact on functioning (e.g. lifestyle, habits, social background, education, life events, race/ethnicity, sexual orientation and assets of the individual).



Appendix 1:

**BRIEF HEALTH INFORMATION**

☐ Self Report                      ☐ Clinician Administered

X.1 Height: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ cm (or inches)

X.2 Weight: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ kg (or pounds)

X.3 Dominant Hand (prior to health condition): Left ☐                      Right ☐                      Both hands equally ☐

X.4 How do you rate your physical health in the past month?

Very good ☐                      Good ☐                      Moderate ☐                      Bad ☐                      Very bad ☐

X.5 How do you rate your mental and emotional health in the past month?

Very good ☐                      Good ☐                      Moderate ☐                      Bad ☐                      Very bad ☐

X.6 Do you currently have any disease(s) or disorder(s)?

☐ NO                                      ☐ YES

If YES, please specify: \_\_\_\_\_

X.7 Did you ever have any significant injuries that had an impact on your level of functioning?

☐ NO                                      ☐ YES

If YES, please specify: \_\_\_\_\_

X.8 Have you been hospitalized in the last year?

☐ NO                                      ☐ YES

If YES, please specify reason(s) and for how long?

1. \_\_\_\_\_; \_\_\_\_\_ days

2. \_\_\_\_\_; \_\_\_\_\_ days

3. \_\_\_\_\_; \_\_\_\_\_ days

X.9 Are you taking any medication (either prescribed or over the counter)?

☐ NO                                      ☐ YES

If YES, please specify major medications

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_



X.10 Do you smoke?

☐ NO

☐ YES

X.11 Do you consume alcohol or drugs?

☐ NO

☐ YES

*If YES, please specify average daily quantity*

Tobacco: \_\_\_\_\_

Alcohol: \_\_\_\_\_

Drugs: \_\_\_\_\_

X.12 Do you use any assistive device such as glasses, hearing aid, wheelchair, etc.?

☐ NO

☐ YES

*If YES, please specify*

\_\_\_\_\_

X.13 Do you have any person assisting you with your self care, shopping or other daily activities?

☐ NO

☐ YES

*If YES, please specify person and assistance they provide*

\_\_\_\_\_

X.14 Are you receiving any kind of treatment for your health?

☐ NO

☐ YES

*If YES, please specify:*

\_\_\_\_\_

X.15 Additional significant information on your past and present health:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

X.16 IN THE PAST MONTH, have you cut back (i.e. reduced) your usual activities or work because of your health condition? (a disease, injury, emotional reasons or alcohol or drug use)

☐ NO

☐ YES

If yes, how many days? \_\_\_\_\_

X.17 IN THE PAST MONTH, have you been totally unable to carry out your usual activities or work because of your health condition? (a disease, injury, emotional reasons or alcohol or drug use)

☐ NO

☐ YES

If yes, how many days? \_\_\_\_\_

*Appendix 2:*

**GENERAL QUESTIONS FOR PARTICIPATION & ACTIVITIES**

*The following probes are proposed as a guide to help the examiner when interviewing the respondent about problems in functioning and life activities, in terms of the distinction between capacity and performance. Take into account all personal information known about the respondent and ask any additional probes as necessary. Probes should be rephrased as open-ended questions if necessary to elicit greater information.*

*Under each domain there are two kinds of probes:*

*The first probe tries to get the respondent to focus on his or her capacity to do a task or action, and in particular to focus on limitations in capacity that are inherent or intrinsic features of the person themselves. These limitations should be direct manifestations of the respondent's health state, without the assistance. By assistance we mean the help of another person, or assistance provided by an adapted or specially designed tool or vehicle, or any form of environmental modification to a room, home, workplace and so on. The level of capacity should be judged relative to that normally expected of the person, or the person's capacity before they acquired their health condition.*

*The second probe focuses on the respondent's actual performance of a task or action in the person's actual situation or surroundings, and elicits information about the effects of environmental barriers or facilitators. It is important to emphasize that you are only interested in the extent of difficulty the respondent has in doing things, assuming that they want to do them. Not doing something is irrelevant if the person chooses not to do it.*

---

**I. Mobility**

**(Capacity)**

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have walking long distances (such as a kilometer or more) without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?")

**(Performance)**

- (1) In your present surroundings, how much of a problem do you actually have in walking long distances (such as a kilometer or more)?
- (2) Is this problem walking made worse, or better, by your actual surroundings?
- (3) Is your capacity to walk long distances without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

## II. Self Care

### (Capacity)

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have washing yourself, without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

### (Performance)

(1) In your own home, how much of a problem do you actually have washing yourself?

(2) Is this problem made worse, or better, by the way your home is set up or the specially adapted tools you use?

(3) Is your capacity to wash yourself without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

## III. Domestic Life

### (Capacity)

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have cleaning the floor of your where you live, without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

### (Performance)

(1) In your own home, how much of a problem do you actually have cleaning the floor?

(2) Is this problem made worse, or better, by the way your home is set up or the specially adapted tools you use?

(3) Is your capacity to clean your floor without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

#### **IV. Interpersonal Interactions**

##### **(Capacity)**

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have making new friends, without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?")

##### **(Performance)**

(1) In your present situation, how much of a problem do you actually have making friends?

(2) Is this problem making friends made worse, or better, by anything (or anyone) in your surroundings?

(3) Is your capacity to make friends, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?

#### **V. Major Life Areas**

##### **(Capacity)**

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have getting done all the work you need to do for your job, without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?")

##### **(Performance)**

(1) In your present surroundings, how much of a problem do you actually have getting done all the work you need to do for your job?

(2) Is this problem fulfilling your job requirements made worse, or better, by the way the work environment is set up or the specially adapted tools you use?

(3) Is your capacity to do your job, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?

**VI. Community, Social and Civic Life**

**(Capacity)**

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have participating in community gatherings, festivals or other local events, without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

**(Performance)**

- (1) In your community, how much of a problem do you actually have participating in community gatherings, festivals or other local events?
- (2) Is this problem made worse, or better, by the way your community is arranged or the specially adapted tools, vehicles or whatever you use?
- (3) Is your capacity to participate in community events, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?

*Appendix 3:*

**GUIDELINES FOR THE USE OF ICF CHECKLIST VERSION 2.1A**

*1. This is a checklist of major categories of International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) of the World Health Organization. The ICF Checklist is a practical tool to elicit and record information on the functioning and disability of an individual. This information can be summarized for case records (for example, in clinical practice or social work).*

*2. This version (2.1a) is for use by a clinician, health or social care professional.*

*3. The checklist should be used along with the ICF full or short version which is scheduled for publication in September 2001. Until then the ICIDH-2 Final Draft, full version, WHO, 2001 will serve as reference document for the ICF checklist. The raters should familiarize themselves with the ICIDH-2 Final Draft by attending a brief educational programme or self-taught curriculum.*

*4. All information from written records, primary respondent, other informants and direct observation can be used to fill in the checklist. Please record all sources of information used on the first page.*

*5. Parts 1 to 3 should be filled in by writing the qualifier code against each of the function, structure, activity and participation term that shows some problem for the case being evaluated. Appropriate codes for the qualifiers are given on the relevant pages.*

*6. Comments can be made regarding any information that can serve as the additional qualifier or that is thought to be significant for the case being evaluated.*

*7. Part 4 (Environment) has both negative (barrier) and positive (facilitator) qualifier codes. For all positive qualifier codes, please use a plus (+) sign before the code.*

*8. The categories given in the checklist have been selected from the ICF and are not exhaustive. If you need to use a category that you do not find listed here, use the space at the end of each dimension to record these.*

## **ANEXO V**

### **(transcrições das entrevistas)**

**Duração:** 83 minutos

**Local:** domicílio

**Elementos presentes:** entrevistadora (E); participante no estudo nº1 (ID1); filha da participante (F);

**E: Sente-se neste momento em luto?**

**ID1:** Acho que sim, sempre...

**E: Gostava que me falasse um bocadinho acerca de si, da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir e todo o meio que a envolveu antes da perda do seu ente querido**

**ID1:** Ora bem, a minha vida, em solteira foi uma vida boa, pronto, mais ou menos, mais ou menos... Com um pai muito fraco, uma mãe muito boa e uma família muito boa. Depois casei, tive dois anos... três... mais ou menos feliz, de resto não, não era feliz, mas pronto, eu sempre sofri mais ou menos calada e engolia tudo, por causa dos meus filhos, para lhes dar um dia um futuro e assim...

**E: Teve os seus filhos logo após o casamento?**

**ID1:** Sim, sim... os três todos seguidos, todos seguidos... era uma escadinha! Depois pronto, sentia-me feliz com os meus filhos, muito feliz. Eles eram muito meus amigos, todos eles! Passei bastante com eles porque eram um bocadinho doentes... a mais saudável ainda era a minha filha, porque eles os dois foram muito doentes...

**E: Em pequeninos?**

**ID1:** Sim, sim, em pequeninos. Este que me faleceu esteve internado muito mal, mesmo a morrer também... nem sei dizer bem aquele nome... não sei... esteve muito, muito mal! Esteve muito tempo a soro... Vários médicos cá de Aveiro levaram-no para o Porto, para o Santo António... esteve lá internado... esteve mesmo muito mal! O mais velho também, também esteve... a minha filha não... e de resto... de resto... foi uma vida assim...

**E: De trabalho...**

**ID1:** De trabalho, muito trabalho, muito trabalho! Inclusive os meus filhos estudavam, vinham e tinham que ajudar no restaurante, todos eles! Sempre a trabalhar... pronto...

**E: Trabalhou sempre com o seu marido, a ajudar lá...**

**ID1:** Sim, sim, sim, exceto quando lhe dava lá as macacoas e me mandava embora de lá, mas pronto! E depois, mais tarde eles foram para a universidade... o mais velho não quis seguir, ainda entrou, mas não quis seguir...

**E: Entraram todos aqui na Universidade de Aveiro?**

**ID1:** Não, entraram... a minha filha e o meu filho em Coimbra e o meu mais velho em Bragança, porque o curso que ele queria só havia em Coimbra, em Bencanta, era engenharia agrónoma, ou em Bragança.

**E: Bragança era muito longe...**

**ID1:** Era e ainda nem havia autoestrada nem nada, quis desistir e desistiu! E depois pronto, o meu que faleceu, formou-se, era economista... era o gestor financeiro! A minha filha falta-lhe pouquinhas cadeiras para acabar mas não acabou. Entretanto, o meu mais velho namorou como é normal, casou... ficaram-me os dois mais novos, o meu que faleceu e a minha filha, e eram muito pegados um ao outro porque estavam sozinhos em casa, não é? Muito pegados, muito pegados! Tanto é que na minha desgraça da perda do meu filho, a minha filha também não passou bem... e o outro também não passou bem! Mas esta passou pior... passou pior... teve uma depressão muito grande e para me dar força a mim caiu depois ela a pique...

**E: Foi um choque muito grande também...**

**ID1:** Sim, sim! Ninguém estava a contar! Ele foi jantar a minha casa, bem-disposto, bem-disposto não, porque ele perguntou-me se eu não estava agoniada... e estava ensonado... e eu disse-lhe



“eu sei lá filho, eu sou uma maria agoniada... volta e meia ando agoniada... sou uma maria agoniada...”, ele tinha muita dor de cabeça, sempre, muita...

**E: Nunca fez exames nenhuns?**

**ID1:** Não, eu dizia-lhe “filho, vai-me ver que dores de cabeça são essas porque isso pode não ser bom” mas, mas ele dizia sempre “oh! Isto não é nada mãe, é do trabalho! É do trabalho, eu ando muito cansado...” e eu disse-lhe “mas vai ver, não custa nada!” e ele diz-me assim “oh, pronto, para te fazer a vontade agora quando entrar de férias eu vou ver!”, mas já não entrou infelizmente, porque ele ia ver em agosto e morreu a 13 de julho... e pronto!

**E: Ele não casou?**

**ID1:** Casou, casou! Tinha um casarão enorme, com uns anexos que ele tinha feito para mim com tudo, com tudo! Porque eu não queria ir viver para casa dele e ele disse “Então não queres, eu faço-te lá uns anexos, assim vais?” e eu disse “Vou!”. Punha-me telefone, mas disse “eu ponho-te telefone mas olha que eu ouço tudo o que dizes lá em cima” disse-me ele, “vê lá para quem é que falas que eu oiço tudo sempre!” ele a brincar comigo... ele brincava muito comigo aquele meu filho, aquele menino... Era muito bem-disposto, sempre a rir! Eu disse-lhe “podes pôr filho!”. De maneira que ainda tinha terreno para fazer mais outra casa, porque ele tinha uma estrada de um lado e uma estrada do outro. Então, entretanto ele faleceu e ela (*a nora*) não me deixou ir para lá... ficou-me com tudo o que eu lá tinha! Os móveis, tudo! Ela foi muito má para mim... pedi-lhe... pedi-lhe... ela disse-me a mim que ia vender o carro dele e eu disse-lhe “se vai vender o carro dele então, venda-mo a mim, você já sabe quanto é que ele custa?” e ela disse-me “Não! Para que é que a senhora quer o carro?” e eu disse-lhe “Você vai vendê-lo, não vai?”, “Vou!”, “Então, vá saber quanto é que ele custa, que eu pago-lho e pago-lho na hora, com dinheiro contado!”. Fui falar com um falecido tio meu, eu até tinha a quantia que ela... mas pronto, fui falar com o meu tio para se ela me pedisse mais... ele disse “Está bem rapariga, vai-lhe lá dizer”, então... ela nunca, nunca, nunca... dizia-me sempre... não falava... quando eu a abordava ela dizia-me “mas para que é que a senhora quer o carro?”, eu dizia-lhe “Não lhe interessa, nem que eu o quisesse para museu, para pôr no meu quintal...”, eu queria para andar, mas pronto... então ela nunca me vendeu o carro... havia outra coisa que eu queria muito ter do meu filho (*lágrimas*), que ainda hoje choro... isso eu pedi-lhe de graça... o carro eu pagava-lho... o diploma dele... pedi-lho de graça (*choro*) porque sei que ela não dá valor a nada e que ela atira tudo fora... e pedi-lhe o diploma, de graça, disse “olhe, até porque nem foi você que o pagou, quem o pagou foi o pai, e portanto, eu sei que você daqui a uns dias, ou um ano ou dois, ou o que for, e está no seu direito, volta a casar ou arranja um homem e não liga nenhuma a isso, dê-me o diploma!” (*choro*)

**E: Não deu?**

**ID1:** Não senhora, nunca mo deu! Foi muito, muito má para mim! Muito, muito má!

**E: Mas ela já antes do casamento era assim?**

**ID1:** Não, não, enquanto foi casada era só “ó sogrinha, ó sogrinha”, e depois, a mãe e o pai diziam que tinham dinheiro para comprar... como é que ela dizia... o mínimo que eles tinham na conta, que dava para cinco carros... é verdade... e topo de gama! Mas ela pediu-lhes o anel no fim do curso... ah! Mas então, ela chumbou no último ano e eles disseram-lhe que não lhe pagavam mais o resto e o meu filho disse “não faz mal, eu pago” e o meu filho é que a formou. Tirou engenharia de gestão industrial aqui em Aveiro, e depois ela pediu aos pais o anel, gostava muito... o meu filho nunca ligou e esta aqui também dizia que não queria, pronto, mas ela gostava e a mãe dizia “se o quiseses, compra-o!”, e só com uma filha! E eu fui e digo assim “não se preocupe que eu vou perguntar aos meus filhos se eles não se importam e eu dou-lhe o anel de curso!”

**E: Eles já eram casados?**

**ID1:** Na altura ainda não e eu fui pedir a uma amiga minha, que tinha e tem uma ourivesaria: “Senhora M, a senhora... eu compro-lhe um anel de curso, a senhora recebe-me por duas ou três

vezes?”, “Recebo pois!”. Vim ter com os meus filhos e perguntei-lhes, perguntei primeiro ao mais velho... esta, coitadinha, naquela altura aonde é que havia de ter o dinheiro... e diz-me ele assim “ó mãe tu não tens dinheiro. Eu dou-te o dinheiro para o anel de curso e tu não dizes que fui eu que to dei e compras-lho”, eu disse “não quero isso! Que eu já tenho cá as minhas estratégias e pago!”. Perguntei a esta só por perguntar e perguntei-lhe a ele que disse “não senhor! Eu compro-lho!”, “não senhor! Eu faço-lhe esse gosto, vou-lhe comprar o anel!”, então agarrei, comprei-lhe o anel, paguei por três vezes... mesmo assim, não tem consideração nenhuma... ai, primeiro era: “ai sogrinha, a minha sogrinha é melhor para mim do que os meus pais!” Os pais tratavam-na abaixo de cão e tudo, e era...mas pronto, pronto... depois quando o meu filho morreu... entretanto quando casaram... quando ele morreu já eram casados, há pouquinho tempo, há dois anos... estavam na casa deles há ano e meio, mas então é que ele morreu e já não havia cá sogrinhas, não havia nada! Pronto, acabou-se tudo... e foi assim! Para mim foi um desgosto de me matar... não lhe guardou respeito, começou logo a andar maluca... passado pouco tempo começou a andar maluca...

**E: Mas enquanto eles estiveram casados acha que eram felizes?**

**ID1:** Sei lá, sei lá, eu acho que sim, mas também não sei, não estava lá em casa deles! Mas eu acho que sim porque o meu filho... não era uma paixão... ele era muito bom, porque sabe que ela é que lhe pediu namoro e ela até prometeu sei lá, matar-se e acho que foi parar ao hospital e tudo, se ele não namorasse com ela... pois era... quer dizer, lá andou, lá andou, depois ainda chamou quanto havia a uma colega dela de quarto porque ele ainda teve essa colega de quarto na empresa também empregada e a rapariga gostava muito dele, queria deixar o namorado por causa dele e estava noiva! Ainda se enrabitaram [engalfinharam] uma com a outra... olhe, morreu na véspera de ir ao casamento dela, da outra... é verdade! O casamento ficou marcado! É verdade! E olhe foi assim...

**E: Ele era muito bem-disposto...**

**ID1:** Isso era, um brincalhão, andava sempre a brincar comigo, andava sempre a dançar, a dizer “ó mãe tu danças assim, tu danças assado...” e puxava-me para dançar e... eu sei lá... era uma paixão que ele tinha por mim! Depois, os meus outros filhos diziam “aí vem o menino lindo dela!”... pronto...

**E: Há sempre um menino lindo na família...**

**ID1:** Os colegas... isso foi uma colega que, não sei se foi no dia da missa se foi no dia do funeral, mas eu no dia do funeral não estava nada de jeito... acho que foi no dia da missa, uma colega de curso chegou ao pé de mim e diz assim: “Esta senhora é que é a mãe?”, “É”, “Ai minha senhora, prazer em conhece-la! A senhora tinha um filho espetacular, ele morria pela senhora, ele tinha uma paixão pela mãe! A mãe era Deus na terra e a minha mãe no céu, era assim que ele dizia!”. E o R (*amigo*) estava ao pé dele, ele morreu nos braços dele...

**E: Ele morreu enquanto estava a trabalhar?**

**ID1:** Não, estavam em casa do meu filho na altura, porque eles eram para ir... nesses dias, todas as sextas feiras se juntavam em casa de um, em casa de outro e nesse dia era na casa do R e ele não quis ir e o R disse: “Então não faz mal, a gente vai a tua casa” e ele, como não sabia dizer que não a nada, ele disse: “está bem venham, porque ao menos depois vocês é que se deslocam e eu já estou em casa, porque depois eu vou sair às seis da manhã para ir para Abrantes”, ao casamento. E depois, pronto o R... foram... e eram uns quatro ou cinco colegas e uma menina, a bebé de cinco anos de um e pronto, ele diz que estava a jogar muito bem, entretanto começou a “ai, ai, por fav...”, já nem disse o por favor... começou a ficar assim com a cor um bocadinho azulada... e que o R começou assim: “ó deixa-te de brincadeiras, estás sempre a brincar, espetas-nos cada susto! Deixa-te de brincadeira!”. Mas ali não foi susto, foi a sério. Ele telefonou logo para a mulher, e disse-lhe “olha, passa-se isto assim, assim” e ela disse-lhe “dá-lhe respiração

boca-à-boca mas liga já, já para o INEM e eu vou já para aí!”. Só que eles fizeram isso mas eles viviam lá para um sítio novo onde o INEM se perdeu, andou perdido e primeiro que lá chegasse... pelos jeitos acho que também já não havia remissão, porque ele morreu logo... sim, acho que aquilo foi... a veia rebentou... havia de ter ido ao médico, sei lá... então, o INEM perdeu-se, quando o INEM lá chegou ele já estava cadáver, não é? Acho que era o médico e a enfermeira a chorar que nem umas Madalenas...

**E: Mas eles sentiram-se culpados?**

**ID1:** Não, não...sim, também, mas a rapariga por acaso também é nossa amiga, mas ainda quando me vê vira os olhos para o chão, pronto, sentiu-se... O médico não me conhecia, não! Mas diz que choravam tanto e que diziam “Meu Deus!”. Então ela contou à C (*esposa de R*) no Hospital: “oh pá, fomos agora a um rapazinho, tivemos agora uma saída, que estou doente... um rapaz lindo como uma estrela, era uma estrela de rapaz, lindo, não conseguimos fazer nada... ficámos... ficámos olha... não conseguimos, não conseguimos pronto, já estava cadáver!” e a C, quando a C veio a saber, porque a minha filha telefona: “Ó C, morreu-me o meu irmão...” ela disse “Não me digas!” a outra tinha-lhe dito e diz que chorava, chorava que parecia uma Madalena, a enfermeira. Não conseguiram pronto, já estava... e foi assim! Pronto foi assim!

**E: Depois a partir daí a sua vida mudou completamente...**

**ID1:** Sim, sim, a minha vida... eu a partir daí fiquei um trapo! A nossa vida, porque eu vivo com a minha filha... também nunca mais foi a mesma... e a nossa vida ... e o meu filho ficou um revoltado! A gente às vezes fala-lhe em Deus e ele diz “se Deus fosse bom não me tinha levado o meu irmão”, e eu digo, “ó filho, não digas isso, não digas isso que eu também me revoltei muito mas agora eu compreendo que não...” ele ficou um revoltado com isso! Ora bem, ele anda na viagem, as coisas passam-lhe assim um bocadinho mais... não é passam... é, distrai-se um bocadinho mais porque anda por lá com os amigos e isto e aquilo... Mas ele... havia pessoas que nos inícios apanhavam cada susto no cemitério da minha terra, que ele ia para a viagem e desviava da autoestrada para ir lá e às vezes, às 7:30 da manhã e 7 horas, já ele lá estava encostado ao pegão da capelinha do meu avô que Deus tem... Isto, isto porque estavam lá também os pais do L, que era um rapaz que morreu de acidente dois anos antes e também a mulher (*mãe de L*) fugia-lhe para ali e o homem ia à procura dela... andava esgazeada e fugia-lhe para ali... maneira que eles às vezes assustavam-se porque estava lá o meu filho... viam aquela trave ali não é? E pronto, ele não é pequeno, eles são da mesma altura, do outro que me morreu! Mas pronto, só que este é mais forte. O outro nasceu mais bolachudinho e este menos, nasceu com 2 quilos e pouco e o outro com 3310 e este com 2500 e pouco mas, o outro depois ficou magrinho e este ficou forte. E é assim... mas depois daí não me venham dizer que há mais aquela alegria, aquela coisa de... a gente ri... a gente fala... a gente... mas o nosso sentido está sempre ali! Está sempre ali! A minha cabecinha, ouça bem, não há um dia! Eu tenho uma vizinha que me disse: “Ó minha senhora, pelo amor de Deus, deixe o seu filho descansar em paz! A senhora anda todos os dias, todos os dias, todos os dias a falar nele! Ele não descansa, a senhora não o deixa descansar...”, e eu disse “mas que culpa tenho eu, que eu não sou capaz!” e todos os dias falo no meu menino. Às vezes vou no carro e dá-me assim uns ataques de choro mas... eu fiquei doente dos olhos tudo por causa disso. Sim, os meus olhos... dizem que não choram sangue... eu chorava sangue... os meus olhos ficaram tão vermelhos e deitavam uma coisa... aquilo era de certeza sangue, pois! Desde aí eu nunca mais fui a mesma... e... é assim... Não, não me venham dizer, uma mãe que seja mãe, que se digne como mãe... uma mãe que seja mãe a sério nunca, nunca mais ultrapassa! Não! Vai tentando vai... mesmo quando eu fui a essa... que me levaram a essa Ancora... esse centro de ajuda da Ancora... bem também era muito cedo... Foi cá em Aveiro, já não me lembra em que sítio mas foi em Aveiro.

**E: Na junta de freguesia?**

**ID1:** Pois, foi na junta de freguesia de Aveiro, sim senhor! Quer dizer, foi muito cedo, passado ainda não havia um mês nem nada que se parecesse... e depois vinham senhoras de muito longe também por causa de filhos. Só havia dois senhores que era por causa das esposas que tinham morrido. Um que foi nosso vizinho, a esposa e os filhos e o outro não lhe morreu uma filha, acho eu, porque ela não tinha ido, iam para o Algarve...

**E: Mas também foi de acidente?**

**ID1:** Sim, sim, sim, eles eram amigos esses senhores. Eles também lá iam. Mas vinha uma senhora de Oliveira de Azeméis, ela gritava que eu sei lá, lá dentro! Eu gritava que me matava toda, lá dentro, até que disse: “por favor... não quero voltar a vir aqui... por favor, tormento já eu tenho! Não me deem mais, pelo amor de Deus! Não me deem mais tormentos... deixem-me fazer o meu luto sozinha!” E não quis lá voltar... não quis lá voltar. Não era por falar no meu filho porque eu sempre falei nele... Alguns conselhos não me agradavam... havia uma que uma vez me disse: “Ó mulher esqueça!” Eu fiquei-lhe com uma raiva que se lhe pudesse dar com uma cavaca na cabeça eu dava! A mandar-me esquecer do filho que... eu amo os meus filhos e perdi... e... e... a mandar-me “ó mulher esqueça, esqueça isso!” eu disse: “esqueço isso não! Que foi um filho meu que partiu, eu nunca mais o vou ver!” Esqueço... que é isso esqueço... mas quem é que consegue...

**E: Pois, é preciso ter muito cuidado com o que se diz porque qualquer palavra errada fere...**

**ID1:** Fere, mas quem é que consegue esquecer? Mesmo hoje e já passaram doze anos e meio... tenho alguma hipótese de esquecer alguma vez mais o meu filho? Alguma vez vou ver mais o meu filho? Só quando eu for também para lá! Também dizem que eles também voltam a vir, que se levantam do túmulo... também acho que já não vinham como são nem nada... Que Deus, na ressurreição... dizem... a gente sabe lá!

**E: Olhe, e como é que acha que conseguiu, o que é que a ajudou mais para ir ultrapassando devagarinho a sua perda?**

**ID1:** Olhe, sabe o que é que me ajudou mais? Foi pensar nos outros dois que tinha! Porque sei que era o que me dizia se me pudesse falar, e nos meus netinhos, os meus netinhos!

**E: Que na altura já tinham nascido?**

**ID1:** Sim, sim tinham. A mais nova até era afilhada dele e, coitadinhos, viam-nos chorar tanto... mas o meu menino nunca quis falar no tio! Ficou muito revoltado! Só perguntou uma vez pelo tio e nunca mais voltou a falar nele. E a garota foi perguntar ao padre: “O senhor é o Jesus? Porque é que levou o meu tio?” Não, o meu menino... o meu menino... aquele não era para mim, era para Deus, era! Aquele fazia falta lá a Deus! Há outra coisa que eu acredito muito, muito, pode ser que me chamem tola, pode ser que me chamem tudo, és isto, és aquilo... eu, vou para qualquer lado e eu tenho quase a certeza que o meu menino... é sempre o meu menino e eles são sempre os meus meninos... vai sempre ao meu lado na outra cadeira do carro, no outro banco do carro ao meu lado na viagem! E digo-lhe, isso foi uma das coisas que me ajudou sempre muito, é eu pensar que o meu menino anda sempre comigo, porque ainda agora há dias me deram aqui em baixo uma lambada... ia eu a estacionar, meti o sinalzinho, olhei... vinha um lá muito em baixo... estava a estacionar e veio um... parece que não tem nada e tem 700 e tantos euros de conserto... e eu fiquei assim direitinha... não sei... agora há dias, ia com a minha filha para a minha terra e eu tenho a impressão que o meu menino anda connosco sempre! Íamos a ir, vinha-me um estreloucado [tresloucado] a vir do lado de Ílhavo, naquela rotunda muito grande ali... ali antes de entrar na autoestrada, ao pé da A17. É a A17 por cima e nós íamos por baixo, para a minha terra, enfeitar o meu menino. Se estiver tempinho bom eu vou lá sozinha, se não estiver, aguardo que ela chegue para ir comigo porque como vou ser operada à catarata então tenho um bocadinho de medo da viagem. Vou todas as semanas, todas as semanas ao cemitério com a minha filha, sentamo-nos lá e conversamos com ele, arranjam os a campa... Então, íamos a ir e veio o tal estreloucado [tresloucado] para cima de nós! Nem imagina a velocidade! Cortava-nos a meio!

Àquela (*aponta para a filha*) matava-a de certeza! E eu digo assim, “ai meu rico, só pode ter sido ele que intercede com Deus nosso senhor!” Porque sem Deus nosso senhor também não, não é? Porque eu acredito muito que mesmo Nossa Senhora de Fátima pede sempre ao filho, não é? A mãe pede ao filho... lá está... e ela também sofreu tanto por aquele filhinho, não é? E se sofreu! Portanto uma pessoa tem que olhar a esses exemplos e assim... e pronto, depois olhe, com os anos a gente vai...

**E: E a sua saúde, acha que foi afetada? A parte física?**

**ID1:** Sim, sim e até a mental! Eu fiquei um bocadinho mais esquecida e tudo! Eu não era assim, eu era... não fiquei maluca nem nada, mas mais desligada...

**F:** Ela ficou, ficou... por exemplo, ela sempre foi muito bonitinha, magrinha, ele tinha um orgulho na mãe bestial! Andava sempre a comprar-lhe roupa gira e tudo. Uma vez ela andava na terapia da fala e ele perguntou-lhe, “vens da escola? Vens da escola? Estás muito gira!” Ela ia para o IPO em Coimbra e estava mesmo gira nesse dia! Ele disse-lhe sempre que não gostava que ela andasse desleixada. Estava sempre com o cabelo...

**ID1:** Ele nem sabia dizer madeixas, ele dizia-me assim, “mãe tens de ir fazer aqueles fiozinhos assim que tu fazes, só gosto de tu andes assim! Se não tens dinheiro eu dou-te, é só dizeres-me!” Eu disse, “ó filho tenho dinheiro, tenho! Ainda não calhou!” Era assim, só queria que eu andasse assim muito bem arranjada e muita coisa... mas eu perdi um bocadinho o gosto...

**E: Depois?**

**ID1:** Sim, sim! Não fiquei nenhuma desprezível mas fiquei um bocadinho diferente, diferente! Pronto, nunca mais fui a mesma!

**F:** A única coisa que ela não perdeu e continua apurado foi o sentido de humor, ela tem muito sentido de humor! Contávamos-lhe anedotas e apesar de todos os problemas que teve com o meu pai, com o meu irmão e agora com a saúde, nunca perdeu o sentido de humor. Os amigos dizem “a tua mãe é uma pessoa incrível porque tem um sentido de humor refinado!” Mas o olhar dela é triste...

**ID1:** Mas uma mãe que se digne... não vê a JS? Vê-lhe um olhar alegre? Aquela mulher nunca mais teve aquele olhar lindo que ela tinha, nem pode voltar a ter! Deus me livre! Eu tenho dito isto tanta vez... eu penso que não tenho inimigos, pelo menos julgo que não, mas se tiver não desejo ao meu pior inimigo o que tenho sofrido com a falta do meu filho! Foi este! Eles tem a mania que eu gostava mais dele... eu tinha uma tendenciazita maior por ele... não era gostar! Ele também era muito agarrado a mim, muito, mesmo muito e depois... não era gostar... era assim uma tendência por ele... ora bem, o outro também tinha sido doente em pequenino, também esteve quase a morrer, mas este como esteve mesmo, mesmo a ir-se... Eu gritei tanto naquele hospital de Santo António no Porto! Agarrei-me assim um bocadito a ele, mas gostar... não me digam que há uma mãe que gosta mais de um filho que do outro, eu não acredito! Eu não acredito! Que a gente possa ter uma tendência um bocadinho mais coisa porque aquele tem um feitio mais... Era muito brincalhão para mim! O meu outro filho defende-me com unhas e dentes em todo o lado e esta também, defendem-me com unhas e dentes e sei que esta me ama do fundo de, sei lá, lá dos fundos... eu sei! E eu a ela, credo! São os meus filhos, não vejo eu outra coisa! As pessoas que eu mais amo são os meus filhos! E os meus netinhos também, coitadinhos! Apesar dos meus netos são mais para o outro lado mas também sei que eles, pronto, gostam de mim e se não gostassem, gosto eu deles... Mas ajudaram-me muito, porque se não fossem os meus netos e estes dois tinha-me ido abaixo! As primeiras vezes que fui ao cemitério eu ia a zurrar as pernas, ia agarrada e a zurrar as pernas, sem forças para andar! É verdade, pode acreditar que é verdade! Então eu às vezes vou para ali para a varanda, agora nem tanto que elas andam por aí e digo, “ó meu Senhor faz com que o meu menino me dê um sinal que está bem! Ó rico filho, dá-me assim um sinal, é só um sinal para eu saber que tu estás bem, para eu estar descansada!”. Passado um bocado

aparecem assim uma ou duas borboletzinhas brancas e eu digo, “meu Deus será o sinal?” Penso eu, não é? Será um sinal? E são essas e outras coisas que, que a gente estava aqui uma noite inteira a contar-lhe!

**E: O que é que gosta mais ou gosta menos de fazer depois desta perda? Gosta de ir ao cemitério...**

**ID1:** Sim, sim, isso sim! Sempre, sempre, sempre! Se eu não for lá a um sábado ou a um domingo porque não possa ir ou porque está um tempo horrível... antigamente escoámos lá chuva, eu e a minha filha, que não imagina, os primeiros sete ou oito anos ou mais, escoamos chuva que apanhámos lá no cemitério, agora já não mete tanta! Apanhei duas pneumonias! Eu fiquei muito debilitada... isso é outra coisa que lhe quero falar! Se eu não for ao cemitério no fim da semana, eu fico com uma neura, mas uma neura... que ninguém me consegue aturar!

**E: Falta qualquer coisa, não é?**

**ID1:** Sim, sim, fico completamente fora de mim porque eu não fui ver o meu menino e não fui ver o meu menino... Dantes levava muita flor porque a vida para mim era melhor e antigamente o pai dava qualquer coisa, depois também deixou de dar, não dava nada, depois morreu! Então, levo mais ou levo menos... não levo velas porque tenho uma tia que me disse, “ouve, rica filha, enquanto eu for viva deixa-me dar as velas para o nosso menino.” E eu disse, “está bem madrinha.” É a minha tia-madrinha, irmã da minha mãe, sim senhor! O meu tio, irmão da minha mãe era meu padrinho. Eram eles os meus padrinhos. Ele já tinha sido operado de peito aberto, coração aberto e eu tenho a impressão que a morte dele se acelerou com a morte do meu filho, porque a minha família ficou...olhe, a minha madrinha... eu até disse, “ó madrinha não digas isso!” Ela ficou tão revoltada, que quando morria alguém dizia, “ó, eu até já nem tenho pena, também já lá tenho o meu menino, já nem tenho pena!” Eu dizia, “não digas isso, não digas isso, madrinha! Também lá tens o outro sobrinho!”, “Ah! Mas este é que era do meu sangue! Tenho e tenho muita pena, mas este é que era do meu sangue!” Ela, coitadinha... mas tem o juizinho apurado! Mais que eu! Vai fazer 90 anos mas tem o juizinho apurado mais que eu! Tem o juízo ali... mas a minha família não se conforma com a morte do meu filho, parte dela não é? Agora veja, quando eles não se conformam, agora veja eu, não é? Não, não... olho para a carinha dele (*olha para a fotografia*) e olho para tudo... estou a vê-lo em todo o lado e... oh!

**E: Mas ele era um bem-disposto, olhe para aquele sorriso bonito!**

**ID1:** Sempre, ele andava sempre a rir-se! Ele fazia muitos amigos! Ele uma vez pediu-me, “mãe vais comigo levar-me à empresa?” Eu disse, “vou filho!”, “É que eu preciso de mandar o carro à revisão e tu levavas-mo. É em tal sítio assim, assim, para depois ir à inspeção.”, “Então e depois quem é que te vai lá buscar? Queres que te vá lá buscar?”, “Não, depois eu tenho aqui quem me vá lá levar.”, “Pronto, está bem!” Lá fui, lá levei e depois já nem sei quem é que me trouxe, ou eu levei o carro até à empresa e alguém me trouxe, olhe, já não sei... assim uma coisa qualquer... entretanto ele ia a entrar dentro da empresa... não! Eu trouxe foi o carro para trás, para revisão... e depois ele ia a entrar e os seguranças: “olá senhor doutor, como está?”, “Então senhor doutor, tudo bem?” Ele assim: “Tudo bem, tudo bem... chame-me L que eu gosto tanto do meu nome! Eu gosto muito do meu nome! Não me chamem doutor, eu não sou doutor, não sou médico! Sou economista, por isso, chamem-me L!” Era assim, ele era assim... Simples, quem o é demonstra o que é! Os amigos dele ainda hoje nos mandam mensagens! Olhe que agora há dias, eu vou à C, à Gafanha arranjar os dentes, até às vezes já nem vou porque ela não nos leva nada, e eu digo, “ó mau, que conversa!”, “Mau, mau, digo eu!” Eu disse: “A C não me é nada para fazer isso!”, “Ai, somos mais que família! Mau, mau, mau!” E é tudo por causa dele, não é? E depois está-me sempre a falar nele e nisto e naquilo... ela assim, “agora há dias fomos lá cima a Almeida, aquilo tem outro nome mas é lá ao pé de Almeida, e o R pelo caminho começou assim: ai L, L! Ai L!” Que era o meu filho, que era L M, para a gente era M, para eles era L, na universidade e assim... como

vê, era tudo... tudo gostava dele, tudo, tudo, tudo! Tudo gostava dele! Até Deus gostou dele que mo levou! Pois foi, Deus achou-o bom para ele!

**E: Nós temos que ter anjos para olhar por nós...**

**ID1:** E vou-lhe dizer outra coisa, foi uma grande amiga minha que me disse isto, a doutora C, que faz o favor de ser muito minha amiga. Ela, quando soube, agarrou-se a mim que me ia apertando as costelas e disse-me, “que idade tinha?” Eu disse-lhe, “tinha 33 anos.” E ela diz-me assim, “ai, da idade de Cristo! Morreu da idade de Cristo!” Eu disse, “pois o meu M morreu tinha 33 anos...” “E era M?” Eu disse que sim, “nome de anjo, 33 anos, morreu no dia 13 dia de Nossa Senhora!” Já viu? O meu filho não gosta do dia 13, até tem medo de sair no dia 13, eu também fiquei um bocadito coisa com o dia 13... Foi no dia 13 de Maio o dia de Nossa Senhora e ele morreu a 13 de julho, mas pronto, era um dia 13!

**E: Quando começamos a pensar nas coincidências das coisas, ficamos um bocadinho arrepiadas, não é?**

**ID1:** Sim, sim, tive duas coincidências. Há coisas que me deixam um bocadinho de medo... eu ando sempre assim... é que quando a minha mãe morreu, eu uns tempos pouquinhos antes, sonhei que a minha mãe ia morrer e morreu! Depois, do meu filho, sonhei que ele ia morrer e morreu! Há coisas que me deixam assim... Agora sobre eu poder esquecer... veja só que eu andei 5, 6 meses, não sei, carregado de preto e tirei-o porque o cardiologista me disse, “a senhora vai-me tirar esse preto de cima, isso só lhe anda a fazer mal!” Eu disse, “ai, não tiro não, senhor doutor!”, “Ai, tira, tira!”, “Ai, não tiro não!”, “Ai, desculpe mas tira! Eu não a quero ver com esse preto, esse preto dá conta de si! É que anda-lhe a fazer mal e depois nunca mais me fica em condições!” Eu depois fui a um médico que até teve um cancro na cabeça, mas graças a Deus está bem! Vai ali à junta de freguesia e ele disse-me, “a senhora vai-me tirar esse preto!”, “Ó senhor doutor, eu não tiro não!”, “Ai tira, tira!”, Eu disse, “não tiro não!”, “Ai desculpe mas vai tirar esse preto! Olhe, nem a senhora tem saúde com esse preto, nem o seu filhinho descansa onde está com esse preto, porque ele não quereria que a senhora andasse de preto!” E eu tenho quase a certeza que não queria! Tenho quase a certeza que se o meu filho se soubesse que morria, dizia, “não quero que ponham luto por mim!”

**E: Eu acho que não é o que está por fora que conta... a nossa alma está sempre de luto e por isso o preto não nos faz levantar cabeça...**

**ID1:** Há gente que nem nunca mais na vida se endireita...

**E: Acho que, na realidade, ninguém se endireita mas a gente vai andando para a frente...**

**ID1:** Lá está, lá está, lá está a palavra que a gente às vezes não quer admitir mas é! A gente vai superando... vamos superando... supera-se mas não passa... não esquece... a mim, nunca mais, nunca mais! Nunca mais na vida! Dia nenhum!

**E: Agora só vamos falar da sua saúde porque disse-me que queria falar no assunto e depois acabámos por não falar... em termos de saúde, a sua saúde foi-se muito abaixo?**

**ID1:** Sim, sim, sim, foi-se muito abaixo! Eu já tinha a coisa, eu já tinha ido ao hospital e fiz muitos exames, ele ainda era vivo, ele andava preocupado! Após agravou-se tudo! Tive um problema grave nos olhos, descolamento do vítreo mas que pode descolar a retina; foi a epilepsia que despoletou, já a tinha mas estava escondida e nós íamos ao cemitério e sentia-me mal, tinha ataques na viagem de tal ordem que tínhamos de parar em Sangalhos na minha prima para beber um chazinho e acalmar para prosseguir a viagem... Isto foi tudo após, tudo após... começou-se a agravar tudo! Fiquei muito mais debilitada, descobriram-me aquela doença... aquela doença... a fibromialgia, e depois já se sabe, hoje dói aqui, amanhã dói ali e depois dói ali... depois é aquele peso um dia numa perna... aquilo é horrível, não é? A fibromialgia não desejo a ninguém também! Ele andava muito preocupado por causa disso, o meu menino! Só que ainda não se sabia o que era, já andavam a estudar. Eu fiz coisas, primeiro pensavam que eu tinha aquilo da borboleta...

lúpus... a despistagem é horrível! Fiz uma... uma... como é que se chama aquilo... uma eletromiografia... levei muitas agulhas espetadas, muitos choques na clínica, que disse ao médico “nunca mais faço isto!” Porque primeiro fiz outro, ele pediu e eles enganaram-se lá na clínica e espetaram-me aqui uma coisa e “a senhora agora vai ficar com o braço pesado mas não tenha medo que volta ao normal”. Fiquei com o braço tão pesado, tão pesado... morto, morto e depois espetaram-me aqui uma agulha muito grande e era choques que eu sei lá! Choques! Eu cheguei e disse, “doutor, eu não volto a fazer nada daquilo!” O doutor viu e diz assim, “pois é, mas tem que ir fazer porque não é este que eu pedi!” Eu disse, “ó doutor mas eu não faço mais nenhum! Aquilo custou-me tanto! Se é um que ainda custe mais, eu não faço!”, “Este talvez não custe tanto!” A saber que custava, mas tinham que fazer a despistagem... depois de tanta coisa, fiz tanta coisa... a minha filha foi comigo fazer isso e eu saí de lá todo o meu corpinho era só picadelas e sangue! Aquilo custou-me tanto que eu disse “nem que eu morra, aquilo é que não faço mais!” e não faço mesmo! Foi o exame que mais me custou na minha vida fazer... Ele juntou tudo, conferenciou com a doutora B. Ela é que me descobriu isso! O reumatismo... apareceu-me o reumatismo! Fiz aquilo, aquilo que me deu muita osteoporose... a densitometria...

**E: E já era divorciada na altura?**

**ID1:** Já. Sim. Pelo meu mais velho não me divorciava! Não me dizia não, mas dizia sempre, “ó mãe para quê, se sofreste sempre assim, não lighes, deixa...” mas não é bem assim, aquilo deu cabo de mim! E este meu filho sofreu muito com o pai mas pronto, coitadinho... Eles não falavam para o pai, nem um nem outro!

**F:** Para o meu irmão a minha mãe estava no topo do topo! Ele até foi comprar um telemóvel 93 que era para poder falar com a minha mãe quando ia para Almeida, para ligar à mãezinha dele!

**ID1:** Sim e ele disse à esposa, “eu gosto muito de ti mas entre a minha mãe e tu a minha mãe está no primeiro patamar” e ela assim, “ah sim, eu não me importo nada! Eu também sou igual!” O primeiro dinheiro que ele ganhou, o meu rico filho, diz-me assim, “ó mãe agora com o meu primeiro ordenado vou trazer um micro-ondas!” Ainda o tenho aí estimadinho! “Não quero nada disso! Não me cabe na cozinha!” E diz ele assim, “não faz mal, levo-o para o quarto e depois quando couber traz-se...” (risos), eu disse, “já te disse, não quero nada disso cá em casa!” E ele assim, “não faz mal que eu vou traze-lo na mesma”, “já te disse, eu nem sei trabalhar com isso!” “Eu ensino-te, eu ensino-te!”

**E: Minha senhora, muito obrigada por partilhar todos estes assuntos delicados comigo chegamos ao fim da nossa conversa pelo que lhe quero agradecer uma vez mais por se ter disponibilizado para colaborar connosco no nosso estudo, eu não tenho mais nenhuma pergunta a fazer, quer acrescentar alguma coisa ou acha que já estamos bem?**

**ID1:** Eu acho que estamos bem!



**Duração:** 35 minutos

**Local:** domicílio

**Elementos presentes:** entrevistadora (E); participante no estudo nº2 (ID2);

**E: Sente-se neste momento em luto?**

**ID2:** Sinto-me sempre em luto. Embora pareça que não, que eu faço a minha vida desde praticamente o 3º ou 4º dia desde que o meu filho morreu. Ao 3º dia já fui dar aulas para a Ribeira de Pardelhas, em ensino de adultos... eu podia faltar mas eu precisava de sair, eu precisava de ver gente e portanto o meu luto continua como sempre... o luto de uma mãe acho que é eterno!

**E: Foi a senhora que encontrou o seu filho, não foi?**

**ID2:** Fui. Fui na 5ª feira, acordá-lo para tomar o pequeno-almoço e disse: “É T, olha a mãe tem que ir embora, queres tomar o pequeno-almoço comigo? Já não tenho muito tempo!” E ele não respondeu. “Ó pá anda lá, deixa-te de coisas!” Disse-lhe eu, “queres vir comer ou não?” Nada. Eu... ele tinha um pé de fora, “é pá, hás-de ter o pé gelado!” porque foi em novembro, no dia 27 de novembro. “Hás-de ter o pé gelado caramba!” E pus-lhe o pé para dentro e senti o pé realmente bastante frio, mas para mim era perfeito que estivesse frio porque estava de fora! Como ele não respondia, pus-lhe a mão assim no cabelo “anda filho, anda-te embora! Deixa-te de coisas, vamos embora tomar o pequeno-almoço” e senti-lhe o cabelo húmido... assim uma humidade fria... sabes, uma coisa que nunca senti, nunca mais... e eu pus-lhe a mão na cara e ele estava gelado... e, oh pá, eu pensei “porra!” Só me lembro de dizer assim, “é filho tu não podes estar a fazer isso, pelo amor de Deus, tu não podes estar a fazer isso!” e dei-lhe beijos na cara, vi que estava completamente gelado e corri logo para o telefone, chamei o 112 a pedir ajuda. As senhoras disseram-me para pôr... para humedecer um bocadinho de água... humedecer o dedo com água açucarada para lhe meter na boca, mas ele... pronto... Portanto, foi uma sensação... essa nunca mais esqueço! Dá a impressão que a gente está a viver assim... um filme de terror, sabes? Não é connosco... não é connosco... uma coisa impressionante!

**E: Gostaria que me falasse um bocadinho da sua vida antes do seu filho falecer... a sua alegria de viver...**

**ID2:** Fui sempre uma pessoa alegre! Tu conheces-me desde há muito tempo! Fui sempre uma pessoa alegre, bem-disposta, de encarar os problemas assim com cara alegre e pé ligeiro! Depois, nos primeiros tempos, no primeiro ano, esforçava-me para continuar com força para querer viver, que não queria... já nunca dizia a ninguém que não queria... nunca chorava mas por dentro estava morta... eu.... Pronto... acho que não tinha sentido nenhum continuar a viver... depois lembrava-me dos outros filhos, dos outros netos, “ó pá, eu tenho mais filhos, tenho mais netos!”, mas nem isso me animava a querer viver! Fazia a vida normal como te digo, a partir do terceiro dia fui dar aulas, fazia o comer, fazia a vida de casa como se ele tivesse... como se ele tivesse ido para fora numa viagem e tornasse a vir... mas a alegria de viver perdi-a nessa altura, perdi mesmo... durante anos... depois entretanto, os alunos ajudaram-me muito, tanto aqui os pequenitos da escola como os adultos. As pescadoras, os pescadores da Murtosa, pá, foram uma companhia extraordinária! Pessoas praticamente analfabetas mas que me deram uma força, uma vontade de superar, uma força para superar a dor muito grande, tanto que eu nunca fui a um psiquiatra, nunca fui a um psicólogo, nunca tomei um comprimido nem nada! Os meus comprimidos são eles... Agora sou... depois disto já lá vão 12 anos, sinto que dentro de mim há, como se fosse uma semente de alegria sabes? Gosto de viver, já gosto de viver! Não com aquele frenesim... gosto de viver como se, por exemplo, não tivesse uma perna... Falta-me qualquer coisa que é quase físico mas consigo superar isso. Tenho uma vida realmente sempre muito ocupada com tudo. Tenho a vida de casa e vou às escolas e vou aos lares dizer poesia e contar histórias. Portanto tenho uma vida realmente

bastante ocupada, não tenho um minuto, raramente tenho um minuto para parar e dizer “olha, o meu filho já não está cá!”, não. Noto que a tristeza diminuiu, não sou uma mulher tão triste, consegui superar isso! Não é aquela alegria assim eufórica mas consigo dizer uma graça e rir-me de tudo! A tristeza diminui a saudade não! A saudade continua cá! (*lágrimas*) A saudade continua... devia desaparecer... não é desaparecer mas ficar assim uma nuvenzinha, leve... Tal qual como a tristeza, a saudade devia ter o mesmo tratamento que tem a tristeza, ir desaparecendo, ir ficando mais pequena... mas não fica... mas não fica! É a pior dor que existe! Quase físico! Que nunca sintas isto, que é muito mau! É muito mau!... É muito mau! É um bocado de nós que vai! Ah mas é mesmo! Mas consegue superar-se... não é superar-se... consegue-se aguentar o resto de anos de vida que nós temos...

**E: Para superar a sua dor o que fez foi trabalhar...**

**ID2:** O trabalho, o trabalho...

**E: Entre esse trabalho sei que escreve livros para crianças...**

**ID2:** Olha, vou editar agora, no sábado, dia 7, vou lança-lo! É a primeira vez que escrevo, quer dizer, costumo escrever muitas porcarias mas é para a gaveta, é para o lixo. Mas este não e foi engraçada a génese disto: eu faço parte do grupo poético de Aveiro e de vez em quando, uma vez por mês, ou isso, vamos dizer poesia. Aqui há uns dois anos fomos ao Mercado Negro, na altura dizer poesia de Zeca Afonso. Olha, foi precisamente nesta altura, 23 de fevereiro e eu estava, portanto, aquilo era tudo adultos, quem é que vai ouvir Zeca Afonso? Os velhadas, não é? Estava uma miúda sentada ao meu lado, assim com uma cara mesmo de seca pá, e eu digo assim: “ó filha, não estás a gostar nada disto, pois não?”, “ah...’tou [estou]...” assim aquele “tou... “isto é uma seca para ti filha, poesia desta...” e a menina assim “não, eu gosto!”, “Gostas? Mas tens aqui alguém?”

(...)

“Olha, como é que tu te chamas?”, “L”, “oh, tens um nome tão bonito! Olha, L é nome assim de princesa, de amores, qualquer dia aparece-te um príncipe!” Eu assim a fazer fitas para ver se conseguia alegrar um bocadinho a garota “qualquer dia aparece-te um príncipe num cavalo branco ou num Rolls Royce vermelho, pá... tens mesmo nome de princesa! Então chamas-te também C?”, “Não!”

(...)

“Mas olha, C é um nome giro!”, “Achas?”, “Eu acho...”, “e o outro nome da minha família é T...” e eu achei piada e ri-me “olha, está bem... TC...”, “Estás a ver, estás-te a rir!” Mas a garota já a ficar... “ó filha, estou-me a rir mas é porque... de contente... então! É um nome engraçado!”, “Não gosto!”, “Já pensaste a utilidade que tem? Olha filha, eu também não gosto do meu nome...”, “como é que tu te chamas?”, “Eu sou Z! Z nem sequer é nome de gente... nem sequer é um nome próprio... é assim um diminutivo... assim uma coisinha... é verdade! Nem tenho nome, sou assim uma espécie de valha-me Deus!”, Eu assim... “estás a ver, o meu é muito pior do que o teu... L... tomaria eu ser L! E tu já pensaste? TC! C, olha, nunca tens frio...” e ela... achei que ela não achou piada nenhuma ou se calhar achou que a minha conversa ainda era mais seca, conversa pior que a do Zeca... Viemos embora e eu à noite, eu deito-me muito tarde, e então comecei a escrever, a imaginar uma história onde metesse o nome de t c que fosse tivesse utilidade. Ó pá estive para aí 2 horas a escrever aquela gaita, aquilo saiu-me tudo seguido, porque eu nunca paro. Quando leio... “isto não é uma história infantil, é uma história para adultos!” E é!

(...)

Acho que a história está engraçada e o livro está engraçado! Mas devo-me ficar por aqui. Ontem na rádio perguntaram-me: “Este é o primeiro de quantos?”, “Este é o primeiro e o último!” Isto surgiu assim por...

(...)

Vou ao lar, ali ao CASCI, de 15 em 15 dias, contar histórias, conversar com as pessoas, ler-lhes poesia, cantarolar... saio de lá... saio de lá amachucada! Estou ali hora e meia, duas horas com eles e sempre que saio digo assim, ó pá não venho cá mais, que saio sempre daqui completamente... derreada de espírito... cansada... amargurada mesmo! Aquilo é mesmo, é mesmo um armazém... E eles ali tratam-nos bem, as pessoas são bem tratadas mas estão tão sós, tão... completamente sem nada, a olhar para o vazio... Olha, vou lá agora na próxima 6ª feira.

(...)

Olha, aqui há tempos uma senhora, mora aqui na Barra, ainda mora aqui na Barra, vive sozinha, a filha mora perto mas tem o marido doente, não trata dela, não pode... o marido está dependente. E agora há tempos eu fui lá dar um beijinho e ela assim: "Ah, olhe, as minhas filhas estão a pensar pôr-me num lar..." e ficou a olhar para mim à espera que eu respondesse e eu fiquei a olhar para ela e digo assim: "Pois... Não podem tratar de si?", "Pois não, pois não e eu também não posso estar sozinha, tenho medo de cair! Mas custa-me tanto ir para um lar! Para uma casa que não é minha...", "A senhora pense uma coisa, vamos tentar raciocinar friamente, que é que será melhor para si? Será...", porque havia a hipótese de ir para casa de uma das filhas mas o genro não a queria, "Será melhor para si ir para casa dessa filha sabendo perfeitamente que o seu genro não quer, que a sua filha vai ter problemas com o marido porque quando alguém não quer é sempre uma chatice, e a senhora vai sentir-se pesada, sentir-se a mais e sentir-se que estão a olhar para si assim como quem diz, põe-te a andar e a fazer um frete ou será preferível ir para um lar onde não conhece ninguém, onde não tem amigos, mas pelo menos não tem nem olhares assim de viés e se olharem a senhora sabe que pode estar a dar um bocadinho de trabalho ou porque fez xixi no chão, não é porque esteja a mais na vida deles!" E diz ela, "Pois é, se calhar é isso, se calhar é isso..."

**E: Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu?**

**ID2:** Nada, nada... humanos recebi muita amizade das pessoas, muitos sorrisos, muitos abraços... o abraço, o abraço... nem é bem a palavra é mais o abraço! Quando encontramos alguém, mesmo que não seja assim grande amigo e que nos abraça... e que nos aperta... (lágrimas)

**E: Mas nada de associações de apoio ao luto?**

**ID2:** Não, não, não! Acho que fazem falta, porque nem todas as pessoas tem esta... não conheço nenhuma... sei de nome associações mas nunca participei.

**E: O que é que gosta mais de fazer e menos de fazer depois da perda?**

**ID2:** Está tudo na mesma, continuo a fazer tudo na mesma... eu não acredito na vida para lá da morte, não acredito mesmo! Ainda acredito que o corpo vai para a terra, eu quero ser cremadinha... creme nívea... quero ser cremada, o creme podem escolher qualquer um (*risos*), atirada para o mar alto, mas portanto... eu não acreditando... aliás, eu vou muito poucas vezes ao cemitério, vou para aí umas 5 a 6 vezes por ano vê-lo, e se calhar é capaz de ser uma defesa, agora que estou a falar nisso, é capaz de ser uma defesa de não querer tocar na evidência que o corpo está ali! De maneira que raramente lá vou! Mas quando vou, às vezes sou assim de choro fácil e estou por exemplo a fazer uma festa na fotografia, ou a pôr-lhe flores ou uma coisa assim, e sem querer as lágrimas caem-me mesmo, não é chorar convulsivamente, não, não grito nem nada, nem na altura da morte dele... mas as lágrimas caem-me pela cara abaixo e sem explicação nenhuma olho para o céu e digo assim: "É pá, tu tem calma que isto já passa! Tu não fiques aflito! Isto já passa..." e depois fico: "Sou completamente estúpida! Então não é que eu não acredito que haja uma alma ou coisa assim e estou a falar?" A preocupação de mãe, com medo que ele se preocupe por me ver chorar... isto não tem lógica nenhuma! Às vezes penso... não tem... isto é irracional... então eu não acredito e digo alto: "Ó filho tem calma que isto já passa, não te aflijas que isto já passa!", Depois ouço-me porque falo alto e "Ó pá, sou estúpida, estou a falar para

quê?” Então eu não acredito e estou ali a... só pode ser a minha preocupação de mãe ainda, ainda continuo a assumir o papel de mãe protetora, mãe galinha, para que ele não se chateie, para que não fique preocupado... Agora há tempos, fiz um poema. Todos os anos lhe faço um poema no dia do falecimento e publico no jornal, na necrologia. Eu todos os anos tenho que pôr e aqui há tempos fiz um, não para publicar, mas lembrei-me dele como o “bon vivant”, o T era as loirinhas, era as cervejas e pronto, estava sempre certo! E eu estava a beber um fino e lembrei-me dele “onde é que ele andarà? Onde é que andarà agora?” Isso eu faço muitas vezes, “aonde é que andarà o garoto? Será que ele está nalgum sítio? Não deve estar... cala-te!” E saiu-me assim um poema e mandei-o ao meu irmão. Os meus sobrinhos são os dois, também tocam viola, fizeram uma canção! Aqui há tempos mandaram-me aquilo no facebook, ó pá, eu abro e vejo “recordando o T” e era a canção, era mesmo o retrato dele, o que ele era tal e qual e depois pensei e chorei e disse: “é T tem calma que isto é só cantiga... é só paleio... tu não te acredites nisto porque é só paleio...” É a vida!

**E: Olhe e em termos de saúde, acha que notou mudanças?**

**ID2:** Não, não fiquei prejudicada por causa disso! Digo-te, não se morre de dor, porque se se morresse de dor eu tinha morrido naquela altura! Fisicamente fica-se mal, parada, sem vontade realmente de continuar! É difícil, a gente naqueles primeiros tempos não tem vontade de continuar, anda no dia-a-dia mas se desaparecesse tudo bem, era normal! Mas entretanto fui operada às varizes e sobreveio uma complicação vascular. Portanto, o meu sofrimento, que é um sofrimento grande é da parte vascular, mas não tem nada a ver com a morte do T, já tinha isto. Depressões nunca tive.

**E: Penso que podemos dar por terminada a nossa entrevista, tem mais alguma coisa que gostaria de acrescentar?**

A vida vive-se... sem que venham dizer, “ai faz assim, faz assado, é melhor assim...” sei lá se é melhor assim! É a vida, é a vida e é a nossa história!

(...)

O quarto do T continua exatamente como estava mas passei a cama dele...a cama que era uma cama de latão, para o meu e estou a dormir no mesmo sítio e normalmente... deito-me assim de lado, tal e qual como o encontrei, eu também durmo sempre de lado, ou para um lado ou para o outro, mas viro-me... deito-me para a esquerda porque é assim e foi assim que eu o encontrei também deitadinho assim, nem com cara... só achei o cabelo frio, suado... faleceu a meio da noite! Culpo-me muitas vezes, como é que eu não ouvi? Veio aí o médico logo e eu assim “Ó J, eu a viver aqui e não o ouvi o meu filho chamar, nada!”, “Ó Z, o T não chamou! Não ouviste porque não chamou! Ele não deu conta!”, Isto ainda os dos INEM estavam a tratar dele, “Ele não deu conta Z! Ele nesta altura, eu não acredito, mas se há um lado qualquer este gajo está lá em cima a dizer, mas que raio... aonde é que eu vim parar? Aonde é que eu estou? O que é isto? Z consola-te com uma coisa, não deu porque morreu! Não deu porque morreu!” Ele não tinha expressão nenhuma de dor e as mãos, por exemplo, se tivesse alguma dor, era capaz de ter as mãos assim enclavinadas... nada! Ficou a dormir... e como é que se fica assim a dormir, pá?

(...)

Dantes acreditava, atenção! Eu fui catequista mas acreditava... quer dizer, lá a história de Adão e Eva nunca disse aos miúdos, nunca... achava que não... explicava-lhes a vida, mas acreditava em Jesus, que existiu realmente, tanto que está provado que era um homem, um pregador, mas que era um homem e nisso acredito, pois está mais do que provado, tenho de acreditar! Mas agora que há um Deus superior... Tem de haver uma energia...

**E: Obrigada por ter partilhado comigo estas memórias.**

**Duração:** 12 minutos

**Local:** domicílio

**Elementos presentes:** entrevistadora (E); participante no estudo nº3 (ID3);

1 **E: Gostaria de saber se se sente neste momento em luto?**

2 **ID3:** Sinto sim.

3 *(a partir daqui as lágrimas caíram durante toda a entrevista)*

4 **E: Gostaria que me falasse um bocadinho acerca de si, da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir e de todo o meio que a envolvia antes da perda da sua filha.**

6 **ID3:** Nós éramos uma família muito feliz. Éramos felizes! Elas eram pequeninas, fazíamos férias, tínhamos uma vida muito boa e depois do acidente, tudo mudou...

8 **E: Ela já estava para ir para a universidade, não era?**

9 **ID3:** Ela estava. Ela nem chegou a saber que entrou na universidade. O acidente foi mais ou menos nessa altura. Fins de setembro... que ela não morreu no acidente, morreu só passado... esteve em coma... pronto... é uma dor muito grande que nunca, nunca passa... só que eu tinha outra, que estava também em coma e pronto, eu pedi sempre a Deus que me deixasse pelo menos uma, não é? E Deus fez-me a vontade, pronto, nunca me... nunca, nunca fiquei revoltada contra Deus, embora fosse uma perda muito grande... tinha outra, tinha de viver para ela!

15 **E: Claro, mas foi um acidente de mota, quer dizer, uma coisa muito súbita?**

16 **ID3:** Foi, iam as duas na mesma mota e as duas ficaram em coma... e os médicos sempre disseram que não sabiam se se iam salvar...

18 **E: As duas?**

19 **ID3:** Qualquer uma delas... se iam salvar qualquer uma delas...

20 **E: Mas ficaram as duas muito mal, ficaram as duas em coma?**

21 **ID3:** Ficaram, ficaram...

22 **E: A vossa vida mudou completamente?**

23 **ID3:** Completamente! Sim, depois a T veio, ainda veio para o Hospital de Águeda, ainda foi operada à perna porque partiu uma perna, e depois o meu marido ficou muito doente e eu... eu aceitei se calhar melhor do que ele porque eu convivi... eu desde o acidente passei três meses no hospital, sempre com elas, nunca saí nem de noite nem de dia, dormia lá porque estava a mais de 60 Km de casa e podíamos dormir. Ia sempre conversando com os médicos. O meu marido estava sempre esperançado, eu ia ouvindo os médicos e ia ficando mais... ia percebendo as coisas... e depois chegou o dia em que a T começou a reagir, começou a abrir os olhos e a reagir! A S não... e o médico uma vez chamou-me e disse que vamos pedir a Deus o melhor para ela, porque se ela viver vai ficar em coma vegetativo... e foram convencendo, convencendo, até que pronto... o dia chegou... o meu marido não aceitou, ficou muito mal, esteve no Hospital, teve que tomar antidepressivos.

34 **E: A senhora tomou na altura também?**

35 **ID3:** Eu tomei na altura.

36 **E: Teve de aguentar tudo...**

37 **ID3:** E foi assim... e depois foi passando. Os dias foram passando, as coisas foram passando, ficando melhores também. Tínhamos a T e como ela estava assim nós pusemos tudo nela! Eu depois passei de Coimbra, passados 3 meses, para Águeda.

40 **E: Quatro meses e meio e recuperou bem?**

41 **ID3:** Recuperou bem, graças a Deus! Ainda fez o ano na escola, entrou no segundo período e ainda conseguiu fazer o ano, com ajuda dos professores, com as canadianas... eles vinham-lhe dar a aula cá baixo e ela conseguiu fazer o ano...

44 **E: Ela era mais nova que a S?**

**ID3:** Diferença de quatro anos. A T tinha 14 e a S tinha 18... pronto, foi assim...

**E: Então e a vossa vida, como é natural, mudou toda, não é?**

**ID3:** Mudou toda... e depois o meu marido estava na minha cunhada e depois não queria vir para casa... não queria passar ali...

**E: Não queria lembrar a filha, só veio quando a T veio, não é?**

**ID3:** Sim.

**E: Entraram todos ao mesmo tempo?**

*(acenou afirmativamente)*

**E: Consegue-se aperceber o que é que fez para superar a dor?**

Olhe, eu só superei a dor mesmo... superar não! Porque nada supera a dor, mas foi depois do casamento da T e da menina ter nascido.

**E: Veio dar a força toda que era preciso e isso foi há quanto tempo?**

**ID3:** Sete.

**E: Então é uma alegria?**

**ID3:** É. O meu marido está à espera para ir ao cemitério e vai busca-la porque ela vem cá dormir. Eles moraram cá muitos anos depois de casados, ainda moraram cá uns três anos e tal, depois fizeram a casa deles, mas é perto! E ela, pronto, a gente vê nela... não se devia dizer... mas vejo nela a minha filha!

**E: É muito parecida?**

**ID3:** É.

**E: Feitios e tudo?**

**ID3:** Tudo.

**E: Isso é bom! A S era uma pessoa alegre, bem-disposta?**

**ID3:** Era muito!

**E: Recebeu alguns apoios físicos ou humanos, tipo aquelas associações de apoio?**

**ID3:** Não, não.

**E: Foi só a família?**

**ID3:** Foi só a família e os amigos.

**E: No Hospital ajudaram-na de alguma forma?**

**ID3:** Não, não, não.

**E: Era aquele ambiente hospitalar, não era?**

**ID3:** Tive uma senhora, tive uma senhora que estava lá com uma menina na altura, que foi muito minha amiga, muito minha amiga! A senhora era de... ai, esquece-me agora o nome... Marinha Grande! Tinha lá uma menina mas era a fazer uma operação, estava lá com ela porque também era de longe e foi... e foi... naquela altura foi um grande apoio para mim!

**E: Sabia ouvir não era? Essas pessoas fazem toda a diferença!**

**ID3:** Sabia, sabia ouvir! Foi muito boa para mim na altura e os médicos também! O médico até chegou a levar lá uma filha para ver as minhas filhas porque a filha queria uma mota, uma motorizada e ele não a queria comprar! Ele chegou a levar as filhas lá para verem o serviço que a mota fez! Não foi a mota, foi...

**E: Foi andar de mota...**

**ID3:** Foi andar de mota!

**E: E agora, o que é que gosta mais de fazer, o que gosta menos de fazer, depois de ter perdido a sua filha? Há coisas que deixou de fazer desde que ela faleceu? Há coisas que fazia com ela que nunca mais fez?**

**ID3:** Agora já faço, mas uma das coisas que eu não fiz durante muitos anos foi ir à praia!

**E: Ai é, deixou de ir à praia?**

**ID3:** Deixámos de ir.

- 93 **E: Todos?**  
94 **ID3:** Todos.  
95 **E: Ela adorava praia?**  
96 **ID3:** Sim.  
97 **E: Mas agora já vão?**  
98 **ID3:** Agora já vamos.  
99 **E: A pequenina precisa...**  
100 **ID3:** Precisa e vai!  
101 **E: E deixou de acreditar em Deus?**  
102 **ID3:** Não! Nunca deixei de acreditar nem nunca fiquei revoltada com Deus! Deus foi bom, deixou-  
103 me uma! Acho que até tenho muito que lhe agradecer por me deixar uma!  
104 **E: Minha senhora, há alguma coisa que queira dizer, acrescentar, que ache que pode ajudar no**  
105 **trabalho? Agradecemos-lhe muito e peço-lhe desculpa de lhe ter causado tristeza...**  
106 **ID3:** Não, não... Pois... custa sempre um bocadinho! Eu tenho tudo, o quarto dela está como  
107 estava, tudo igual! O meu marido já fala. Depois que a menina nasceu ele voltou a dar volta! O  
108 meu marido fala com a L, a L pergunta... Agora ultimamente quis escolher um quarto para ela e  
109 escolheu o quarto da tia, escolheu o quarto da minha filha. Eu disse “Ó filha, mas tu não podes ter  
110 este quarto, tens de ter o outro porque era o da tua mãe!”, “Mas eu quero este...”, “mas não vais  
111 mexer em nada do que está cá!”, “Não, eu sei que não é para mexer, isto são coisinhas da minha  
112 tia!”

**Duração:** 16 minutos

**Local:** domicílio

**Elementos presentes:** entrevistadora (E); participante no estudo nº4 (ID4);

1 **E: Sente-se neste momento em luto?**

2 **ID4:** Sim sempre. Não visto vermelho, nem verde, pronto, a minha roupa é esta!

3 **E: E a sua alma por dentro?**

4 **ID4:** Por dentro também! Sem a minha filha e já não tenho cá o meu marido. Morreu novo  
5 também. Depois morreu a minha mãe a seguir.

6 **E: A sua filha foi de doença que faleceu, não foi?**

7 **ID4:** Foi sim. Foi cancro.

8 **E: Mas foi muito rápido...**

9 **ID4:** Foi sim! Três *diinhas* [dias] coitada, nem cheguei a vê-la!

10 **E: Disseram-lhe que ela estava doente?**

11 **ID4:** Não, quando foi para o hospital eu já sabia que ela estava muito mal porque ela nunca se  
12 quis tratar. A vida dela nunca foi uma vida linda... Ela andava de bebé nessa altura... Tenho um  
13 netinho, esse é que me dá paixão... tem pai mas não teve pai... não tem ninguém que o apoie,  
14 vem de vez em quando ter comigo, diz que está em Aveiro num talho. Esteve doente, com uma  
15 febre dos animais, trabalhava no Pingo Doce e foi despedido sem indemnização. Já tinha direito à  
16 indemnização!

17 **E: Pois tinha!**

18 **ID4:** Não lha deram! Depois, com outro abriu um café no Porto, o café não dava! Veio para cá e  
19 diz que está em Aveiro, outra vez num talho.

20 **E: No mesmo?**

21 **ID4:** Noutro. Eu peço aos meus e à Nossa Senhora para olharem por ele, tenho saudades dele. Eu  
22 estou sozinha, não é? É assim a vida, não é como a gente quer!

23 **E: Lembra-se de como era a sua vida antes de a sua filha falecer?**

24 **ID4:** Sim, sim.

25 **E: Saía mais...**

26 **ID4:** Saía mais, tomava café com amigas, era independente... sei lá, trabalhava na Vista Alegre. De  
27 maneira que é assim. Agora estou bem, estou, mas não é aquele bem que me agrada! Lá está! A  
28 minha vida é esta.

29 **E: E a sua saúde foi afetada? Antes de a sua filha falecer acha que era mais saudável?**

30 **ID4:** Era, acho que não tinha nada, porque agora tenho os diabetes porque sou gulosa, tenho  
31 colesterol, tenho anemia...

32 **E: Olhe, e antidepressivos alguma vez tomou?**

33 **ID4:** Não, não, não.

34 **E: Nada para a depressão...**

35 **ID4:** Não, não, agora é que ando medicada mas nunca tomava.

36 **E: Quem a ajudou a ultrapassar a perda da sua filha, foram os amigos...**

37 **ID4:** Não. Nunca tive... é por isso que eu digo agora, nessa altura que eu precisava, marido, mãe, a  
38 filha... nunca ninguém me deu um prato de sopa, agora também graças a Deus não preciso. Não  
39 me afeta nada.

40 **E: E conseguiu, mas quê? Virou-se mais para a igreja?**

41 **ID4:** Não, também não sou muito de igreja. A missa é diferente da nossa dantes, não havia beijo  
42 da paz, não havia reconciliação, não havia cá tomar três vezes o Nosso Senhor na mão! Sou contra  
43 isso tudo! Mas sou católica! Muito católica! Acredito nos santinhos que tenho, no batismo, no  
44 casamento...



**E: Costumava estar muitas vezes com a sua filha?**

**ID4:** Sim, sim, ajudava-a muito. Nessa altura ainda era dinheiro. Ou cinquenta escudos ou ajudava a pagar a água...

**E: Depois de ela falecer o que é que sentiu que mudou mais na sua vida?**

**ID4:** Na minha vida mudou a doença. O marido da minha filha mal ela faleceu foi buscar outra mulher e eu não encarei. Tenho um netinho que nasceu da doença. Ele trabalha para os filhos da colega e não dá nada a este pequenino. Foi dado a mim mas como trazia a sonda ficou com a minha filha mais velha. Não dá um tostão aos meninos, faz de conta que nem existem...

**E: Foram vocês que trataram dos meninos? São 2 filhinhos?**

**ID4:** Três. Uma casada agora e eles os dois solteiros.

**E: E já são grandes?**

**ID4:** Não, este pequenino nasceu com problemas de saúde. É o padrinho que toma conta dele. O padrinho é lavrador e leva-o para lá à 6ª feira para ver se ele entra. Não entra, já é de memória. E tenho esse mais velho no hospital em Coimbra também muito doente, tenho pena de não saber dele...

**E: Então o que fez para conseguir aguentar a dor, que estratégias é que usou, com quem conversava?**

**ID4:** Não, não! Então eu saí da fábrica com 39 anos e não conhecia a fábrica nem conhecia ninguém. Falar, falar não. Sou pouco de falar! Já sabiam que o meu marido foi de repente. Os amigos quando souberam até me ofereceram umas flores.

**E: Ele também trabalhava lá?**

**ID4:** Trabalhava. A minha filha morava na Gafanha, já não foi assim um funeral tão aconchegado porque ela veio para cá. Eu tenho sepultura e *quisla* [quis que viesse para] cá. Não sou mulher de falar.

**E: Os outros filhos ainda estavam consigo?**

**ID4:** Não, não, a mais velha vive com o marido e com o casal que tem. O mais novo está em França. Só cá estavam os dois e a J... Custou-me muito, mas agora... falo com ela, peço-lhe o que tenho a pedir a ela, sou religiosa, não vou à igreja mas sou. E peço a ela para pedir a Deus e a Jesus para olhar pelos filhos, saúde para mim que é para pedir, porque o meu mal é estar sempre a pensar no meu filho mais velho. Ele é doente, fuma muito, quando telefono, só de telefone pago aos 30 euros... Ele está com uma rapariga, ela era casada e tem um filho do primeiro marido. Só está há 12 anos com o meu filho. O filho dela é um jovem, bonito, mas tem um mau lado... ainda hoje falei com o meu filho e a renda da casa... ele vai lá a casa e pumba! A renda da casa! Põe mão a tudo!

**E: O primeiro marido?**

**ID4:** Não, o filho.

**E: Ah, o filho!**

**ID4:** Eu já lhe disse a ela, é seu filho, dói-lhe, você não pode deixá-lo sozinho com o meu filho, porque de hoje para amanhã, dá uma cacetada no meu filho e ele fica ali morto. Ah, mas é meu filho, diz ela. Um outro neto que tenho bate, responde à mãe, esteve no CASCI mas fugiu de lá... É a minha velhice... tenho passado muito. O mais novo não! Está fora, quando vem, vem de visita e pronto!

**E: Só vem no verão, não é?**

**ID4:** É, é!

**E: E ele está bem?**

**ID4:** Está, já não me telefona há um mês, costuma telefonar todos os domingos. O filho mais velho veio a Portugal arranjar emprego, mas não arranhou nada.

**E: Tem criação? Com que é que se entretém?**

**ID4:** Tenho, tenho ali um Xiquinho muito lindo! Um porco preto muito lindo!

**E: É o seu entretém?**

**ID4:** É, vou lá só para falar com ele: “Xico, *atão* [então]?” E tenho galinhas... isto é casa de lavrador. Não gosto de ir para a outra casa, gosto mais desta!

**E: Então, é solarenga, quentinha, aqui é que se está bem...**

**ID4:** A senhora quer ver o Xico?

**E: Quero, quero ver o Xico mas agora vamos acabar isto...**

**ID4:** Tinha a porca das grandes, esta não, é pequenina, é preta... diz que é de andar no jardim, porque ela uma vez fugiu-me do curral e foi a tarde inteira à procura dele! Foi um colega que me deu, mas eu não ligo à amizade que tenho...

**E: Mas tem de ligar, quanto mais não seja para ir tomar um chazinho de vez em quando...**

**ID4:** Ai não me importo de chá. Só quando estive no hospital é que a minha filha disse: “Em vez de água bebes chá!” Mas não me importo muito de chá! Café sim, mas não posso beber muito!

**E: A seguir a perder a sua filha o que é que gosta mais de fazer e o que é que gosta menos de fazer? Há alguma coisa assim que, por exemplo, passou a ir ao cemitério...**

**ID4:** Sim, sempre!

**E: Já ia com o seu marido?**

**ID4:** Não, agora vou todos os sábados.

**E: Fica lá a conversar?**

**ID4:** Fico, digo “então minha E, estás boa? Pedes a Jesus e a Deus pelos teus filhos?” Mas acho que ela gosta, gosta muito. A minha mãe era muito amiga da minha filha mais velha e ela agora disse-me: “Ó mãe sabes uma coisa?”, “Não”, “A avó anda com o J!”, “Anda?”, “Anda!” A minha mãe acompanha o J e eu já acredito nisso...

**E: Também acha que a sua E anda consigo?**

**ID4:** Eu acho que sim, acho que sim. Peço-lhe... tenho graças, assim graças pequenas, mas...

**E: E o que é que gosta menos de fazer, que lha recorde e fique triste?**

**ID4:** Lavar a loiça... não gosto de receber visitas em casa aos domingos, é muita loiça para lavar! É o que eu não gosto de fazer, é isso! Passar a ferro também não gosto muito, de resto, faço tudo!

**E: Pronto, olhe, gostei muito desta nossa entrevista, quer acrescentar mais alguma coisa, quer dizer mais alguma coisa?**

**ID4:** Não.

**E: Da sua filha... coisas que passou...**

**ID4:** Apanhava muita pancada do meu marido!

**E: A senhora apanhava pancada?**

**ID4:** Sim, não me dava dinheiro...

**E: A sua vida de casada foi complicada com os filhos e ele era violento, é isso?**

**ID4:** Não, não, nunca foi violento com os filhos, era só para mim, não me dava dinheiro para governar, ia vender alguma coisa para o leite dos meus filhos... Passei assim um mau bocado... Ó está perdoado... Passou...Se bem que, agora da maneira que isto está, se fosse nesta juventude, aonde é que ele já ia... Andei 39 anos a apanhar pancada, e a minha mãe também, a minha mãe também...

**E: Se calhar, por causa da sua mãe ter apanhado é que a senhora aguentou também ter apanhado...**

**ID4:** Então, pronto, passa tudo...

**Duração:** 26 minutos

**Local:** Santuário de Schoenstatt

**Elementos presentes:** entrevistadora (E); participante no estudo nº5 (ID5);

*(as lágrimas caíram sempre durante toda a entrevista)*

1 **E: Sente-se neste momento em luto?**

2 **ID5:** Sei lá, eu acho que ando sempre em luto!

3 **E: Gostava que me falasse um bocadinho da sua vida, antes do seu filho falecer, como é que era,**  
4 **o que é que faziam...**

5 **ID5:** Era uma vida, uma família pobre, pobre não é pobre, remediada, prontos! Vivíamos  
6 normalmente, eu tinha muita fé, esse era meu filho mais velho, tinha muita... como é que hei-de  
7 dizer... esperança, muita vontade dele crescer, de formar família, de me dar netos, de... vivia bem,  
8 ele, ele inclusive pois tinha um irmão de 10 anos que ele gostava, gostavam muito um do outro e  
9 ele inclusive é que me tinha pedido que queria ter um irmão quando tinha 10 anos e disse “é  
10 mãe, toda a gente tem um irmão e eu não tenho!” e tal, e a gente prontos, tentamos ter outro  
11 filho. E hoje acho que isto depois já são tudo destinos do mundo porque quando o irmão tinha 10  
12 anos ele morreu.

13 **E: Ele tinha que idade quando morreu?**

14 **ID5:** Ia fazer 19...

15 **E: Foi de acidente?**

16 **ID5:** Foi uma aplasia medular galopante... quando se descobriu, inclusive ele jogava aqui no  
17 futebol, no Gafanha... e nunca levei o meu filho a um pediatra... nunca... sempre, e pensava eu,  
18 sempre foi saudável e de repente ele apareceu-me com aquelas manchas no corpo, inclusive ele  
19 pensava que era do futebol, foi à médica e no espaço de 41 dias ele faleceu! Tinha a medula  
20 completamente seca. Depois disseram-me que talvez fosse uma deficiência congénita que ele  
21 tivesse!

22 **E: E fizeram todo o estudo, não? Ninguém fez mais estudos genéticos?**

23 **ID5:** Eu sei lá! Naquela altura, já lá vão 20 anos, agora a medicina já está mais avançada e já fazem  
24 outras coisas. O irmão fez, fizemos todos o teste da medula, os amigos todos quiseram ir fazer,  
25 mas eles nem aceitaram, em Coimbra não aceitaram, porque diz que era uma análise muito...  
26 agora pedem, na televisão agora pedem, naquela altura eu, por exemplo, falei dos amigos do  
27 futebol, da escola, daqui, todos queriam ir dar e eles não aceitaram porque eram umas análises  
28 que ficavam muito caras ao estado! Mais uma revolta que eu tive nessa altura! Mas o certo é que  
29 certamente não teria dado resultado não sei, foi... foi assim, foi em 40 dias... um jovem que nunca  
30 tinha tido nada de nada!

31 **E: Pois sempre foi saudável... jogador de futebol...**

32 **ID5:** Sim, acredito que realmente tenha sido, tanto porque eu às vezes penso, que será que o  
33 defeito foi meu, que foi alguma... que não fui boa mãe para o gerar porque lhe dei uma doença...  
34 olhe... *(choro)*

35 **E: Não, não tem nada a haver... não tem nada a haver...**

36 **ID5:** De resto era uma vida, ele era muito, muito meu amigo, muito! Mais do que este. Este  
37 também, este meu filho está... não aceita bem a morte do irmão também... está muito revoltado,  
38 ficou sempre muito revoltado e... é assim... ele era muito muito colado a mim, o outro mais do  
39 que este, porque na altura em que ele era pequenito e cresceu, havia um problema na minha casa  
40 que o meu marido bebia, ao fim de semana mais, e ele quando ficava assim, ao fim de semana  
41 implicava com nós, comigo! Não era com o miúdo, era comigo. Nunca foi agressivo de violência  
42 mas era verbalmente. E então, ele andava sempre atrás de mim o miúdo, eu ia, por exemplo, o

meu marido estava na cozinha e começava a implicar comigo eu ia para a sala ou vice-versa, e ele apercebia-se disso. Inclusive, uma vez disse, “é mãe, morre aí tanta gente e o pai não morre?”, uma criança de 7 anos!

**E: A percepção que ele tinha já das coisas...**

**ID5:** Prontos, quer dizer ele era, ele cresceu... como ele cresceu com esse problema comigo, ele era muito apegado a mim, era muito meiguinho prontos! Era meiguinho, era meu...era muito agarrado a mim, porque ele viveu esse problema, essa angústia comigo do pai. Inclusive, ele ainda era vivo e eu... falaram-me de um medicamento para o tratar do problema do álcool e eu dei! Arrisquei, disseram-me que era perigoso mas eu arrisquei e dei-lhe! Mas tive que avisar o miúdo porque eu dava-lho misturado no leite inclusive, ele sabia isso, “é filho, a mãe vai fazer assim, assim, que é para o pai...” e ele sabia, prontos, era cúmplice comigo e graças a Deus deu resultado! Graças a Deus deu muito resultado! Nunca mais bebeu, mas ele agora *gloreia-se* [vangloria-se] que a força de vontade para... sem saber o que se passou porque eu nunca lhe disse, nunca lhe disse, nem dir... às vezes apetecia-me dizer, mas...

**E: É melhor não dizer...**

**ID5:** É melhor não dizer pois! Por isso nós tínhamos uma ligação muito forte, muito forte mesmo! Muito forte! Ele estava em Coimbra e um dia eu estava assim, pronto, já lá estava há uns dias e via que aquilo não... que não eles me arranjavam solução nenhuma, não me davam solução ao problema dele e eu estava, sou assim muito chorona, e estava assim com a lágrima no olho. E estava assim na janela e ele estava deitado na cama e disse-me assim “anda para aqui para a minha beira, mãe” e depois ele viu “estás a chorar porquê?”, eu disse, “ó filho, já sabes que a mãe é chorona! Estava ali a ver um helicóptero que estava a chegar com uma urgência e sabes como a mãe é chorona...”, “mas eu não quero que tu chores!” e queria que eu estivesse sempre, sempre assim na cama à beira dele, na cama lá enquanto esteve... olhe... foi uma coisa muito... é como eu lhe digo, não dá para eu aceitar porque não aceito! Uma revolta muito grande porque dizem assim “ai, é o destino!”, então mas porque é que tinha de ser o destino? Dele (*choro*), que era um jovem puro, acho que ele era puro! Toda a gente, inclusive a escola fechou para ir ao funeral do meu filho!

**E: Acredito, ficou tudo em estado de choque!**

**ID5:** Sim, e eu fiquei muito revoltada porque... veja qual era a inocência do meu filho com 19 anos, que ia fazer-los, para ele me dizer assim ao fim de 3 dias de estar no hospital, “ó mãe, sabes, eu acho que Deus deu-me esta doença para me castigar!” “Castigar-te de quê filho?” “Porque eu tenho 3 faltas de missa por causa do futebol.” Um jovem de 18 anos dizer...

**E: Alguma vez dizia isto, pois, é verdade!**

**ID5:** Eu calei-me, fiquei, ouvi o que ele disse só e... prontos olhe, assim coisitas que ele... não sei, não sei se ele se apercebeu da gravidade da doença dele... nunca me... nunca se manifestou! Sei que ele via que estava pior, não é? Não melhorou. Inclusive, acho que foi 8 dias antes de ele falecer, a D tinha ido lá comigo, e ele, quando eu lhe disse “olha, está ali a D fora” e ele disse “ah! é mãe, diz-lhe a ela que meta aí uma cunha!” Como ela conhecia os médicos lá em Coimbra, que ela cresceu lá e tinha lá e teve e falou, estávamos recomendados por ela, “a D que meta aí uma cunha”, a esperança dele... inclusive fazia anos em dezembro e, e dizia-me “é mãe, eu quando for para os meus anos já estou em casa, não estou?”, “já filho, estás, então...” isto era, foi em outubro, “estás, estás em casa para os teus anos, então não hás-de estar? Isto agora vai demorar tempo mas...” Olhe, eu não sei, eu penso que, se calhar não sei se ele se apercebeu, se não...

**E: Pois nunca achou que fosse tão... pois que fosse acontecer alguma coisa!**

**ID5:** Não sei o que se passava no íntimo da cabeça dele, como ele não queria que eu chorasse, não queria, eu não sei verdadeiramente o que é que se passava na cabeça dele porque ele via que estava mal, ele via que não estava a melhorar e não estava tolinho...

**E: Exatamente. Estava perfeitamente consciente...**

**ID5:** Não sei não! Ele morreu a falar para nós na hora da visita... morreu a falar para nós na hora da visita!

**E: Sem dor? Adormeceu?**

**ID5:** Quer dizer, o meu marido percebeu-se logo que foi o fim, mas eu, a aflição que eu vi nele... que ele já estava com o oxigénio nessa altura e eu pensei que era, que ele estava com falta... para respirar... e foi a falta do ar que as pessoas devem sentir quando é para morrer, não é? Não sei se ele nessa altura se apercebeu, porque ele uns minutos antes disse assim, “é mãe, estamos quase a chegar a casa... estou quase a chegar a casa...” (*choro*) depois pediu-me para fazer xixi, devia ser aquela aflição que ele sentia! Queria fazer xixi, eu pus-lhe a arrastadeira e esfreguei-lhe a mãozita e disse-lhe, “não te enerves, se fizeres xixi fora da cama elas mudam a cama” ele estava com aquela preocupação sabe? Eu acho que ele estava consciente e o pai estava de um lado da cama e eu estava no outro, pus-lhe assim a arrastadeira e esfreguei-lhe assim a mãozita a dizer, “não te enerves que eu já chamo a enfermeira se for preciso, para mudar a cama se... mas não... faz xixi à vontade” e ele fez aquela aflição e eu toquei a campainha, chamei as enfermeiras porque o via aflito, mas o meu marido depois mais tarde disse-me que se apercebeu logo que ele que tinha revirado os olhitos e que tinha-se apagado naquela hora, a falar para nós os dois... é por isso que... prontos... e ele tinha tanta fé! Ele andava aqui, é o que eu estou a dizer, ele andava aqui neste movimento daqui dos Sanches, era formador dos pequenitos, ensinava os pequenitos, e cresceu sempre muito coiso da fé dele, da fé dele! É por isso que eu apanhei uma revolta muito... eu e o irmão... o irmão apanhou uma revolta também muito grande! Porque é que Deus não tinha salvo o irmão que havia tanta gente a pedir por ele? (*choro*) Mas diziam muita vez “ai o tempo vai passando” mas não! Eu continuo, continuo com a mesma... não é tão, tão, tão acentuada, mas quase a mesma revolta e... a... o mal é eu falar ou pensar... e atão [então] quando é aquelas datas, por exemplo, o Natal, que ele fazia anos no dia 22 de dezembro e a gente fazia a festa toda junta nos mesmos dias... no Natal, a Páscoa... quando chega por exemplo, ele morreu no dia 12 de outubro, é da Nossa Senhora, é as datas assim! Inclusive, essa data da morte dele, 12 de outubro, que faz lembrar a Nossa Senhora de Fátima, que ele tinha tanta adoração pela Nossa Senhora, pela Mãe Rainha como ele dizia, é como eles a tratam aqui no Santuário, olhe nessas alturas eu fico... a partir do, por exemplo a partir dos Fieis... a partir dos Fiéis não, a partir do mês de agosto, da nossa festa aqui da zona, que foi a ultima procissão que ele fez com o movimento, que eles acompanhavam... desde essa, desde essa altura até ao fim do ano eu ando sempre doida! Enervada, revoltada, chorosa, desanimada, com vontade de desaparecer, de morrer! Ando sempre assim!

**E: A vossa vida mudou completamente a partir do falecimento do seu filho?**

**ID5:** Mudou... não mudou... não sei em que aspeto é que se está a referir...

**E: A maneira de encarar a vida...**

**ID5:** Eu, eu por exemplo, deixei de ter aquela ansiedade e aquela vontade que eu tinha pela vida, vontade... muitas vezes queria morrer, queria desaparecer, queria ir ter com ele! Tanto que eu na altura, a seguir ao tempo dele, dizem que eu me desleixei do outro, do outro filho que tinha, que tinha 10 anos na altura. Eu acho que não me importava com ele, só vivia a dor da falta do outro e acho que me esquecia que tinha outro para criar! Este tem um feitio diferente do outro... é bom menino, é educado, é humilde mas... talvez, talvez por causa do que aconteceu ao irmão porque ele ainda foi o ano passado que ele disse, “eu nunca vou aceitar a morte do meu irmão!”, ele na altura tinha 10 anitos e ainda era aquela idade da inocência, não é? Ele quis seguir tudo o que o irmão fez, queria ser tudo o que o irmão fez, quis ir para o futebol, quis ir para aqui para o movimento como o irmão e andou aqui muitos anos ainda! Até aos 18, acho que andou aqui até aos 18 anos. Queria fazer tudo o que o irmão era, sabe... queria seguir... mas depois, mas

revoltou-se muito... foi crescendo e foi aceitando que não era... foi pensando e vendo que não era justo a vida... justo! A vida que não era justa! A vida nunca é justa e a gente nunca acha que a vida é justa... e ele então também cresceu, faz-lhe muita falta ao meu filho também o irmão, faz-lhe muita, muita falta ao meu filho o irmão que lhe faleceu!

**E: Como é que acha que fez para conseguir superar a dor?**

**ID5:** Eu não superei a dor...

**E: Que estratégias é que acha que adotou para ir conseguindo viver, quer dizer foi pensar no seu filho mais novo, não é?...**

**ID5:** Sim um pouco pensar no irmão que queria... queria... eu queria, eu pedia a Deus que me deixasse viver até este ter 18 anitos pelo menos, que era para já ser autónomo, para não sentir a minha falta, porque também era muito agarrado a mim este! Também, sou aquela mãe corujazita... e depois, entendia que, ou entendia ou entendo que, quando eu morrer que vou ter com ele, que me vou encontrar com ele e que isso é um pouco a fé ou quase a certeza que eu tenho, que sim, que vou voltar a abraça-lo! Que o vou ver novamente!

**E: E é isso que a faz andar para a frente no dia-a-dia?**

**ID5:** O esperar um dia atrás do outro até chegar... até chegar esse dia!

**E: Teve algum tipo de apoio físico ou humano na altura?**

**ID5:** Não, só a minha médica de família e a D que me dava muito apoio. A D principalmente e a minha médica de família que me medicou para isso...

**E: Tomou antidepressivos durante muito tempo?**

**ID5:** Não foi durante muito tempo porque eu não queria deixar de pensar nele nem andar, eu queria viver a realidade, não queria... Eles lá em Coimbra, quando foi que ele faleceu, eu sei que eles me deram, deram-me agora reflito, deram-me uma dose de cavalo, uma injeção muito forte, porque depois, inclusive, eu vejo isso ainda hoje, eu telefonei à D e contei-lhe, porque foi na hora da visita para ela arranjar uma... porque eles lá disseram-me que, como estávamos recomendados pela D, eles disseram se arranjassemos uma ambulância, que ele que vinha logo naquele dia, como se viesse vivo. E eu telefonei à D e contei-lhe o que tinha acontecido e já me tinham dado a tal injeção e eu lembro-me... eu hoje digo, como é que eu pude fazer a viagem de Coimbra *praqui* [para aqui] na ambulância com o meu filho falecido lá e eu impávida e serena!

**E: Estava drogada...**

**ID5:** Eu hoje penso, eu assim, “mas como é que...”, eu lembro-me que vinha assentada, eu vinha-o a ver, ele vinha como se viesse com soro, lá está, que era para que se fossemos mandados parar, prontos aquelas... e eu hoje, às vezes quando penso nisso, como é que eu, se eu sou tão chorona, porque eu só de pensar à noite nele já adormeço a chorar, como é que eu consegui vir de Coimbra *praqui* [para aqui] sentada, na ambulância com ele ali na minha beira e impávida e serena, sem, sem chorar até chegar a casa! E até quando cheguei a casa, lembro-me que o miúdo, o mais pequenito que, quando viu a ambulância a chegar a casa, veio a correr ter comigo e disse, “ó mãe, o mano vem para casa?” Sabe com aquela... quando viu a ambulância pensou que o irmão vinha para casa e eu disse assim... eu lembro-me que respondi ao miúdo, assim bruta! “Não! O mano morreu, foi para o Jesus!” Que não era assim que eu havia de ter falado com ele mas... mas sei que foi assim que eu lhe respondi...

**E: Estava em choque...**

**ID5:** Sei que foi assim! Para ele abrir a porta... por isso olhe, tento... a minha ilusão agora é realmente ir ter com ele um dia... e eu sei que... eu na altura que é como eu lhe digo, pedi a Deus que me deixasse... na altura queria morrer! Logo, logo encostado aquela altura eu quis acabar e pensei, mato o meu filho, mato-me a mim e ao mais pequenito e vamos todos ter com ele, vamos todos encontrar! Depois superei e comecei a pensar que havia de criar o outro e tentar ajudá-lo, pelo menos até aos 18 anos, que era para ele superar a minha morte, portanto, a minha falta!

187 E continuo a pensar assim mas agora, agora já... já é aquela lengalenga que tenho alturas que  
188 digo, quanto mais depressa for melhor, porque agora já não faço falta a este. Eu agora já penso  
189 assim dessa maneira!

190 **E: Faz sempre falta!**

191 **ID5:** Sei lá, este já tem 31 agora.

192 **E: Mas faz sempre falta! Ele de certeza que se agarrou muitíssimo mais a si depois do que se**  
193 **passou, não é?**

194 **ID5:** Sim, sim...

195 **E: Tenha ele que idade tenha! Não tenha dúvida, que...**

196 **ID5:** Eu sei... ele é muito agarrado a mim mas, prontos! Mas é... entendo que já não lhe faço  
197 aquela falta... no fundo...

198 **E: Tem netos?**

199 **ID5:** Pois, no fundo, se ele estivesse a fazer... se ele estivesse a fazer a vida com alguém, que eu  
200 soubesse que ele tem um ombro amigo, e que eu assim posso-lhe faltar, que ele tenha um ombro  
201 de uma mulher, de uma companheira, que já tem um apoio forte para o ajudar, mas eu, ao  
202 mesmo tempo, agora peço assim, “ó meu Deus, se eu morro antes de ele ter alguém eu tenho  
203 medo da reação do meu filho!” Porque ele perdeu uma relação que teve de 7 anos e ficou muito  
204 desvairado e perdeu a confiança um pouco nas mulheres e tal mas... e agora não se dedicou a  
205 mais ninguém... eu penso assim, se eu morro aquele filho ele é capaz de me ir para um caminho  
206 torto mesmo! Tenho, tenho esse medo sabe, esse receio! Só peço a Deus é que ele arranje uma  
207 companheira para depois eu ir embora...

208 **E: Exatamente. Nós achamos sempre e com razão, que os rapazes se apoiam muito em nós, eu**  
209 **acho! A partir daí, o que é que gosta mais de fazer e o que gosta menos de fazer assim que**  
210 **associe ao seu filho, por exemplo, gosta de ir ao cemitério?**

211 **ID5:** Vou lá todos os dias!

212 **E: Vai lá todos os dias?**

213 **ID5:** Todos os dias! Não passo sem lá ir todos os dias, nem que seja... dou-lhe um beijo na  
214 fotografia, digo “olá filhote!” às vezes, quando vou com pressa por qualquer motivo, digo assim,  
215 “olha filho, a mãe hoje vai a correr, amanhã estou mais um bocadinho contigo”, às vezes falo-lhe  
216 do irmão, assim prontos... gosto de estar lá no cemitério!

217 **E: E o que gosta menos de fazer?**

218 **ID5:** Relacionado com ele?

219 **E: Sim, que associe...**

220 **ID5:** As festas festivas! As datas festivas que eu deixei de comemorar! (*choro*)

221 **E: Pronto, olhe, gostei muito desta entrevista, desculpe a dor que lhe causei, não sei se quer**  
222 **partilhar mais alguma coisa?**

223 **ID5:** Nada. Às vezes também é bom reviver mesmo que nos faça chorar! (*choro*)

224 **E: Pois, é sempre bom falar... são pessoas muito queridas para nós... é bom falar, é pena é ter de**  
225 **se recordar o que é que se passou...**

226 **ID5:** Eu recordo tudo! Eu recordo todos os dias, todos os dias... inclusive, não acabei de dizer,  
227 basta ir ao cemitério todos os dias! Todos os dias! Isso é um ritual que nós entramos, o meu  
228 marido também entrou nesse ritual, que ele ficou muito diferente depois que o filho morreu.

229 **E: Também ficou muito revoltado?**

230 **ID5:** Não mostrou, ele dá a impressão que aceita, que aceita quer dizer, entre aspas, que entende  
231 que era o destino dele. Inclusive o meu filho, o irmão, também me disse outro... uma vez... já  
232 falámos já há um ano ou coisa assim e diz ele, que nunca acei... que compreendia mas que não  
233 aceitava a morte do irmão! Tanto que ele virou para uma coisa que há que é... umas leituras que  
234 agora não sei dizer o que é, aquilo tem outra... outra maneira de ler...

**E: É outra maneira de interpretar, não é?**

**ID5:** Sim e ele disse-me assim, “eu compreendo a morte do meu irmão mas nunca a aceito! Compreendo que ele veio, cumpriu uma missão, trazia uma missão para cumprir, aqueles anos de missão para cumprir, cumpriu a missão e partiu! E sei que um dia que me vou encontrar com ele!” O meu filho fala assim. O meu marido é pouco de... o meu filho mais novo também é pouco de se abrir, de falar, muito pouco, é como o pai e o meu marido ainda é menos que o filho, mas há uma coisa que ele adotou, que é todos... ele morreu no dia 12, todos os meses, no dia 12 ele manda celebrar uma missa por alma do filho! Desde essa data, todos os dias 12 há uma missa por alma do filho! É ele que tem a canseira de ir marcar e pagar e todos os dias 12 ele vai! E vai todos os dias ao cemitério!

**E: Também?**

**ID5:** Todos! Às vezes até lá vai duas vezes ele... se sair e passar por lá perto, vai lá duas vezes... eu às vezes, cheguei a pensar sozinha para os meus botões, não é? E eu... há pessoas que sabiam da, inclusive a D ou assim, que diziam que era um pouco os remorsos, porque como eu lhe contei como ele era, quando ele tinha o problema, ele implicava muito com ele também, e quando o outro era pequenito, o meu mais novo... e o meu filho que me faleceu nunca foi assim com uma inteligência muito avançada, não era burro, mas também não era aquela inteligência com altas notas e assim, e ele tratava-o muito mal ao miúdo, “és um burro, és... nunca vais ser nada na vida...” inclusive chegava a dizer, “este é que vai ser o meu orgulho!” que era do mais novo, “este é que vai ser o meu orgulho, tu nunca vais chegar a ser nada!” Eu penso que isso, se calhar, não de dizer, porque os homens não são de dizer, que ele quando começou a ir todos os dias ao cemitério, agora já tem esse ritual, que é um pouco para, é um pouco se calhar, não sei se é remorsos, se é para se redimir um pouco se calhar daquilo que ele... que nunca lhe deu aquele... aquele mimito, aquele carinho que havia de ter dado!

**E: Também nunca pensou que pudesse acontecer uma coisa daquelas, não é?**

**ID5:** Que ele adorava os filhos, eu sei que sim! Que ele gosta dos dois, gostava dos dois e tudo mais, mas não era de demonstrar sabe? São aquele tipo de homens que não se demonstra o carinho porque isso é... até para as mulheres é mau! Não é... é aquele machismo antigo ainda! O meu marido tem um pouco esse machismo antigo, mas ele gostava dos filhos gostava... e agora, agora, agora com este *atão* [então] pois só tem este, é tudo o que ele puder fazer por ele faz e ajuda-o em tudo! Está sempre de mãos abertas e braços abertos para o ajudar mas, mas também sentiu muito a falta do outro, só que, como são fechados, engole e engoliu para ele... engoliu para ele... mas... prontos olhe...

**E: São estes choques que a gente tem de enfrentar, faz parte da nossa passagem cá, não é?**

**ID5:** É o que o um filho diz, o meu irmão trouxe uma missão cumpriu e partiu!

**E: Obrigada.**



**Duração:** 41 minutos

**Local:** domicílio

**Elementos presentes:** entrevistadora (E); participante no estudo nº6 (ID6);

Extratos retirados durante o preenchimento do protocolo de luto

1 **E: Sinto descrença sobre o que aconteceu**

2 **ID6:** É assim, já senti muito, agora quer se dizer, pedi tanto a Deus para me... pedi mesmo a ele,  
3 para que me deixasse esquecer um pouco, quer se dizer, deixar viver um pouco, porque estava a  
4 prejudicar os filhos, os outros e então, pedia-lhe mesmo que me ajudasse, que pedisse ao Senhor  
5 para me ajudar, para que eu pudesse andar para a frente, porque é uma dor que não passa, não  
6 passa não! E o sítio onde eu gostava muito de estar era lá no cemitério!

7 **E: Ia lá muitas vezes?**

8 **ID6:** Ui! Todos os dias! Não passava... agora já... depois empurrei o meu homem para lá! Disse,  
9 “olha agora vais tu que é para eu aliviar assim um bocadinho!” E o que me fez ajudar muito foi a  
10 minha neta que tem hoje 33 anos, essa é que me ajudou a superar. Eu ia buscá-la ao infantário  
11 para ficar aqui em casa, porque é assim, a casa estava tão vazia, tão vazia... que eu parece que até  
12 o sentia! Eu tinha alturas que eu perguntava-lhe, eu ouvia a voz dele, de noite acordava a ouvir  
13 chamar... e engraçado que o outro meu filho a seguir, pronto... pois senti a falta dele porque  
14 eram os dois, tinham diferença dois anos um do outro...

15 **E: Ele tinha que idade?**

16 **ID6:** Tinha 20 e o outro, menos 2 anos, e então ele dizia, “olha mãe, eu de noite dá-me a  
17 impressão que sinto o respirar, alguém que está aqui comigo a respirar!” E sabe que eu pedia-lhe  
18 muitas vezes para ele proteger os irmãos? Não sei se estava a fazer bem, se estava a fazer mal  
19 mas eu pedia, “ó P protege os teus irmãos! Vê lá por onde é que eles andam, protege, nas  
20 estradas por onde eles andarem...” eu pedia sempre! Ainda hoje eu lhe peço, eu continuo a pedir.  
21 Para mim ele está sempre presente, eu não o vejo mas sinto-o! (*lágrimas*) Então para mim está  
22 sempre por aqui!

23 **E: Desde que ele morreu é-me difícil confiar nas pessoas**

24 **ID6:** Sim, e então quando vejo um camião na estrada...

25 **E: Pois, eu imagino! Deve ser uma angústia horrível, não é?**

26 **ID6:** Era horrível, aliás, eu já fiquei, *num* [não] fiquei debaixo de um camião mas fiquei com a  
27 bicicleta toda destruída aqui ao pé do Pingo Doce.

28 **E: Ele foi atropelado por um camião?**

29 **ID6:** Um camião! Porque na altura, ali não havia a rotunda e onde ele faleceu também não que  
30 era em Esgueira, que agora há a rotunda.

31 **E: Aquela grande?**

32 **ID6:** Aquela grande ali assim, pronto. Foi aí que ele faleceu, ele ia a ir para o Recheio.

33 **E: Trabalhava lá?**

34 **ID6:** Trabalhava, ele tinha ido às Finanças saber o que é que era preciso, se era preciso alguma  
35 coisa, que ele ia para a tropa a seguir, em maio, ia à inspeção, que ele ia para a marinha, para a  
36 tropa. E então, tinha lá ido antes de entrar e depois ia para o trabalho. E... é assim, eu só mais  
37 tarde é que *sube* [soube] que ele que ia para o lado de Azurva, que era para ir ter com a  
38 namorada, mas ele desviou ali, pronto, mas ele ia para o Recheio, para mim ele ia em frente, mas  
39 não, ele ia virar, virou para ali e foi ali que foi apanhado pelo camião... foi arrastado pelo camião!

40 **E: Foi para o hospital?**

41 **ID6:** Foi mas já... partiu assim esta parte aqui da... (*aponta para as costas, na zona do pescoço*)

42 **E: A coluna?**

**ID6:** Sim. A minha sobrinha foi vê-lo e diz que ele ainda tinha as mãos assim com as luvas (*fecha as mãos como se estivesse a agarrar um guiador*) de estar a prender a motorizada, a força que fez para a motorizada... ele era tão bom, tão bom, tão bom, que realmente o Senhor tinha... era impressionante aquele miúdo, era impressionante... e depois aconteceu-lhe sempre assim muitas coisas, assim... tinha assim um... desde que nasceu ele tinha assim certos problemas, assim de saúde, assim... Não era aqueles problemas assim graves mas assim coisitas que... teve, teve uma espinha num pé que teve de ser lancetada, foi operado à garganta, foi operado à pila, depois trouxe uma camada de varicela para casa... olha, depois fomos uma vez a um... a uma... partiu um braço aqui fora na estrada. Fomos uma vez esperar uma sobrinha que era afilhada... que era madrinha dele a Lisboa, ele também quis ir, tivemos um embate, ninguém se aleijou, ele partiu uma perna...

**E: Caramba era atreito!**

**ID6:** Era atreito a tudo! Uma vez estava aqui fora a limpar o cano da motorizada, não sei o que é que ele fez, aquilo começou a arder, ele em vez de pôr um pano para abafar pôs-lhe água e aquilo espalhou mais! Eu disse, “ó P tudo te acontece!” Parece que... não sei, era tudo assim! Eu andava sempre assim aflita, sempre assim preocupada! Sempre, parece que... parece que... parece que havia de acontecer qualquer coisa! Não sei porquê mas sabia, eu tinha um medo aí, depois que ele faleceu... quantas vezes eu fiquei aqui à porta, à espera que ele chegasse, parece que ouvia a mota lá ao fundo e eu punha-me aqui à porta à espera... (*choro*) é o que eu digo, se não fosse os outros filhos, eu acho que me tinha matado! Ainda às vezes digo assim às pessoas, “olha aquela mãe, ficou sem aquele filho e era filho único!” Ai eu fico... fico com uma pena mesmo que não saiba quem é, eu fico com uma pena, com um aperto aqui horrível! Só de pensar!

**E: Eu acho que é um bocado de nós que vai e se é filho único então vai tudo...**

**ID6:** É isso, é, é! Havia uma senhora em Aveiro que eu admirava muito, ele morreu antes do meu, bastante, o miúdo matou-se sozinho. Foi de mota também, espetou-se contra uma árvore! Era filho único! Aquela mãe nunca mais teve saúde... nunca, nunca, nunca mais! Morreu com aquela paixão, com aquela coisa, com aquela... ela dava em doida! E eu acredito, eu acredito! Há uma outra também que eu nem sei como essa criatura consegue, até a admiro, como é que ela consegue... também filho único, também foi de acidente, também não sei como é que ela não tem mais filhos! Ela mora, ela mora em frente à cadeia, lá num prédio qualquer. Trabalhava nos correios, o homem não sei o que é que ele fazia... eu vejo-a ir muitas vezes à Sé e eu fico assim a pensar, como é que esta criatura conseguiu suportar? Eu *atão* [então] sou fraca! Sou fraca! Sou fraca... os anos passam e eu (*lágrimas*) não esqueço!

**E: Eu acho que eles são parte de nós...**

**ID6:** É, é! Uma vez zanguei-me com uma colega, zanguei-me... quer dizer, fiquei assim coiso com ela... morreu-lhe o marido e ela ficou muito coiso, “ai, o meu marido faz-me muita falta, aí, eu não sei quê, não sei quê, ta, ta, ta... e eu disse, “olha, eu essa dor não sei mas sei a outra que é pior!” Ela ficou chateada comigo e eu não admiti que a dor que ela tinha pelo homem, que eu até sabia que aquilo que enfim... valha-nos Nossa Senhora... mas eu é que sentia a minha dor e disse, “olha, desculpa lá, eu não sei a tua dor, mas sei que a minha é muito mais forte que a tua!” Ela ficou muito ofendida comigo, ali à porta do cemitério. Ela foi-se embora, “olha, então vai com Deus e Nosso Senhor!” Mas a gente não se zangou... a gente ficamos, quer se dizer... ela ficou lá com a ideia dela e com a tristeza dela, acredito, pronto, que lhe fez falta, mas pronto, mas enfim, sabendo eu o que se tinha passado para trás, achei que aquilo que era... era tudo fantasia pronto! E era porque estava à frente de uma cunhada que era irmã dele! E eu achei que pronto... agora a cunhada dela, que é a tal senhora que eu digo que só tinha um filho e ficou sem ele, essa triste! Essa é que eu tenho pena dela! Essa é que eu sei a dor dela é realmente a minha dor, essa sim! Essa acredito! Essa acredito! Enfim, e infelizmente há muitas dores assim que infelizmente que a

gente... cada um sente as suas, mas acho que não há dor mais forte que é ficar sem um filho! Pode a gente ter uma dúzia deles mas aquele...

**E: Olhe, desde que ele faleceu sinto que perdi a capacidade de me interessar com outras pessoas e sinto-me distante das pessoas que eu gosto**

**ID6:** Agora já não, agora já... já tento... mas aí, mas tive muito... eu só não me escondia porque não podia, não me deixavam. Mas eu entrava no trabalho e eu...às vezes dava por mim assim, parada... parece que eu não estava ali! Falavam e eu parece que não estava ali! Parece que estava longe... sempre à espera, sempre a ver quando é que podia safar-me para ir ao cemitério! Sentava-me na pedra ali, chorava, rezava, falava... e assim se ia passando, até que um dia tive que ir ao médico porque senão não conseguia... não conseguia... era muito difícil...

**E: Pois com mais quatro filhos não foi nada fácil...**

**ID6:** Foi muito difícil... eu queria fazer-me forte, eu queria fazer-me coisa e fazia-me para diante deles, claro, aqui em casa tinha que mostrar... tinha que mostrar que estava tudo bem e que não havia coiso, não é? Para eles não ficarem tristes! Mas fora daqui, oh ou à noite, olhe... (*choro*) aquele buraco acolá em baixo, (*aponta para trás*) chorei lá muitas vezes! Enfim olhe, vai passando...

**E: Desvio-me do meu caminho para evitar lembranças dele?**

**ID6:** Muitas...

**E: Mas evita?**

**ID6:** É assim, agora já vou passando, mas aquele túnel ali onde ele faleceu... aí, eu não passava ali! Eu não passava ali! Agora, agora já vou passando, mas sempre que passo rezo! Lembro-me... antes um bocadinho já estou, “foi aqui, foi aqui! Este túnel se estivesse feito ele não tinha ficado aqui!” Mas depois dele ficou lá outro, também novo, também de acidente de carro... também de motorizada. Eram dois, o outro safou-se e aquele não. Também um rapazito novo que também está ali no cemitério, também é de uma pessoa que até morou aqui em Vilar que agora mora para a Patela ou não sei para onde, mas também no mesmo sítio.

**E: Sinto-me só grande parte do tempo desde que ele faleceu**

**ID6:** Só, só...

**E: Tem uma família grande...**

**ID6:** Tenho uma família grande embora, sinto sempre... muitas vezes, muitas vezes... Já passou assim muitos anos mas parece que são os anos que vão, são longe mas estão perto...

**E: Já foram muitos mas parece que foi ontem...**

**ID6:** Já foram muitos mas... é, é, está sempre aqui presente, está sempre aqui perto e *atão* [então] eu nunca tiro as fotografias dos sítios e o meu filho, o outro meu filho, usava a roupa dele!

**E: Aí era? Mas porque queria?**

**ID6:** Porque queria, eles trocavam, eles trocavam porque era só diferença de dois anos um do outro e então eles trocavam, então ele “olha empresta-me esta camisola, empresta-me esta camisa, empresta-me...” e então trocavam muito assim de coisas, e então depois ele ficou com a roupa do irmão e depois mais tarde o pai também ainda usou certas camisas e certos pulôveres, pronto, e eu, e eu, eu gostava de ver, parece que... o vê-los com aquela roupa parecia que estava aqui tudo bem que não havia... e a namoradita vinha cá sempre, muitas vezes, passava aqui, continuava a vir aqui, ainda esteve muitos anos, muitos anos e eu mais tarde disse “ó L, faz a tua vida filha! Aqui não podes esperar nada! Faz a tua vida! Não estejas à espera porque não há nada para esperar! Tu ainda és nova por isso, não estejas a perder a tua vida, porque, pronto, porque... porque a vida continua pronto, é assim!” Se fosse doença, a gente esquecia mais rápido, enfim, pronto... não sofria talvez tanto... agora...

**E: É diferente, nós vamo-nos preparando, quando é doença nós vamo-nos preparando...**

**ID6:** É, é, é! Se é uma doença que até aparece de repente, olha pronto aconteceu, pronto, paciência! Agora uma pessoa sai de casa para ir trabalhar, daí por umas horas aparece assim aquele, aquele telefonema assim de chapuz! Aquilo é...

**E: Uma pessoa nem acredita...**

**ID6:** Oh! Enfim...

**E: Ora vamos então começar...**

**ID6:** Também tenho um sobrinho que morreu assim, também ali no túnel de Esgueira, mas esse foi sozinho a dizer adeus...mas esse já era casado!

**E: Também de mota? Também ia de mota?**

**ID6:** Foi sozinho a dizer adeus. Recebeu a chave de uma casa destas da Camara e depois passou um colega por ele e ele levantou a mão, todo contente, a dizer que tinha a chave, desequilibrouse, bateu com a cabeça e ficou...

**E: Que estupidez!**

**ID6:** Mas sabe que eu encaro mais depressa... encarei mais depressa a morte do meu sobrinho do que do meu! Porque ele foi sozinho, mas tão alegre, coitadinho! Tão alegre com a chave na mão a dizer que ia ter uma casa nova e vivia num bairro tão fraco! E tão feliz com aquela chave na mão! Deixou uma menina pequenina e tinha adotado um que a mulher tinha...

**E: Há coisas realmente! Já a dona M me disse que havia uma certa tendência na família para perderem um filho...**

**ID6:** É, é! E a um irmão do meu marido, esse era filho único, o pai morreu também de acidente e depois ficou um menino com 7, 8 anos e depois quando tinha 17 anos morreu também de acidente! Ele ia a pé e veio um carro por trás, uma espécie de uma camioneta, veio por trás... eu até lhe disse, "foge F!" mas ele olhou para trás, não pensou o que era... ia a pé com a mota pela mão... matou o garoto ali, com 17 anos... E então o mês de fevereiro é horrível! Eu às vezes digo, o mês de fevereiro é tão pequeno mas é tão grande! Traz-me tantas, tantas, tantas lembranças! Tantas ideias que eu assim, ainda devia ser mais pequeno para ver se ainda passa mais depressa a ver se... que aquilo é horrível! Ai, é tanta... porque a minha mãe morreu em fevereiro... porque... olha, muita gente, muita gente que morreu em fevereiro uns da minha família, outros sem ser da minha família que morreram em fevereiro! O mês de fevereiro para mim acho que é o pior mês! É pequeno mas é preto como... ainda agora, este mês de fevereiro morreu uma irmã do meu marido, eu assim, ainda agora mais esta agora para ficar mais preto, mais preto não pode estar... com tanta lembrança com tanta coisa... é horrível!

**E: Olhe diga-me, sente-se neste momento em luto?**

**ID6:** Olhe neste momento, não! Não, porque sei lá, já rezei tanto, já pedi tanto a Deus para me libertar, para me sentir assim mais, um pouco mais solta, (*lágrimas*) que acho que Deus já me deu essa força!

**E: Consegue-me dizer como é que era, mais ou menos, a vossa vida antes do seu filho falecer?**

**ID6:** Olhe era boa! Era uma família grande, toda muito unida, tudo! A namorada dele até vinha cá almoçar muitas vezes com a gente! Ele era sempre muito bom menino, muito bom amigo da família, muito dado com toda a gente, então ali a vizinhança... esses lavradores por aí que o adoravam, que ele saía da escola e ia trabalhar, aquilo era P, P, P para todo o lado. Aquilo foi, foi, sei lá aqui em Vilar foi quase luto na altura em que ele morreu! Choque, que choque tremendo! Que estes lavradores todos aqui, que isto foi tudo, foi tudo... colegas e tudo aquilo, que ele foi, foi mesmo parece que foi um Deus que andava aqui e que... e mesmo lá os do trabalho e tudo e colegas e coiso e pronto, foi... porque ele era mesmo daquelas... daquelas pessoas boas, sei lá! Parece que estava tudo bem para ele não sei, era diferente, não sei... nem sei explicar! Por isso é

que Deus mo levou! Também não precisava de ser assim! Também não precisava ser a sofrer! Mas sei lá... dar-lhe assim uma morte não sei como...

**E: Ele também já era atreito a essas coisas, parece que tudo o apanhava...**

**ID6:** Era! Sempre! Tudo! Apanhava sempre tudo, era uma coisa impressionante! Aquilo qualquer coisinha o atraía, não sei... não é? Parece que já não era para ficar cá...

**E: Depois de ele falecer, o que é que mudou na vossa vida? Na sua vida o que é que mudou?**

**ID6:** Olhe, mudou a solidão! Que eu fugia de tudo e de todos! Até nem a festa aqui, que quando havia aqui a festa logo depois a seguir eu, eu... eu fugia daqui para fora nessas alturas, não queria estar aqui, fui para casa do outro meu filho para estar longe daqui, para não ver aqui estas festas, esta alegria que esta gente tinha, eles não tinham nada com a minha tristeza, não é? Eu é que não me sentia bem, então tinha que fugir daqui. Depois houve um casamento aqui duma mocinha aqui ao lado, que já tinha passado um ano e tal mas eu sentia-me ainda (*lágrimas*) chocada! Ainda não podia... Depois tive também um outro casamento no Porto, que era do... coiso do meu marido... afilhado do meu marido, aí eu muito chorei nessa altura, meu Deus!

**E: Teve de ir, não é?**

**ID6:** Tive que ir! Ainda disse, “ó pá ele não é meu afilhado é teu, vai tu!”, “ai não, mas vem...”, “então levo a minha neta comigo!” A minha neta é que era a minha bengala, o meu refugio, o meu ponto de salvação! Fui a esse casamento e fui então ao casamento daqui desta mocinha, fomos todos, eu mais a minha filha, o outro meu filho e a minha neta, levei-os a todos! Quer dizer o meu refugio era a minha neta! Parece que tinha sempre falta de alguém, não sei... ele não era o mais... ele era o terceiro, ainda tinha mais dois, o outro irmão que era mais novo que ele dois anos e ainda tinha mais outra, que era mais nova ainda três anos e meio do mais novo, por isso, cinco anos dele ainda! Mas não sei eu, parece que precisava sempre daqueles cinco dedos aqui (*mostra a mão*) e a minha neta esteve aqui até aos cinco anos vá, comigo, mas eu parece que precisava de ter sempre aqueles cinco... cinco pessoas na mesa, pronto! Aquilo ali... precisava sempre daqueles, daqueles cinco ali!

**E: E a sua neta já tinha nascido na altura?**

**ID6:** Já, já tinha 6 anitos!

**E: Tinha 6 anos? Então apercebeu-se?**

**ID6:** Sim, sim, ela lembra-se muito do tio P, sim, lembra-se do tio P... era, era sempre... até lhe vou mostrar a fotografia que tenho aqui... (*levanta-se para ir buscar a fotografia a outro compartimento*) Esta por acaso até está meia escura mas tenho ali uma outra maior... (*foi buscar outra fotografia*) Esta é que a fotografia que está no cemitério! Esta é que a fotografia que está no cemitério!

**E: Como é que acha que fez a superação da sua dor? Foi a sua netinha...**

**ID6:** Foi a minha netinha que me ajudou, tinha... não sei se tinha 6 anos, acho que se calhar não tinha 6 anos, acho que tinha 4... então ela tem 32 agora, foi a 26, pois ela tinha 6! Eu ia buscá-la ali ao infantário pois, eu tinha que ir buscá-la ao infantário que ela de manhã tinha que ir trabalhar, depois à tarde ia buscá-la *praqui* [para aqui], para não me sentir sozinha, não sei...

**E: Pois, estar cá em casa ainda lhe fazia mais confusão, no trabalho conseguia...**

**ID6:** Pois no trabalho, olha, tinha que falar, tinha que andar, olha tinha que estar, pronto. O meu patrão ainda disse “ó A, quer ficar mais...”, “ó não vale a pena, porque senão tinha de ficar sempre”, então não vale a pena, eu vingava-me e ia para o cemitério!

**E: Pois, ou estava em casa, ou estava no cemitério ou estava no trabalho, não era?**

**ID6:** Pois, tinha que andar, tinha que andar senão... tinha que andar, o que é que eu vou fazer, então... fazer nada... ai, mas custou-me muito! Ai que horror! Depois havia assim sinais... que eu ficava assim a pensar naquilo, eu ia dando em maluca! Quando passava por uma luz, ali no bairro do Liceu, que eu tinha que subir aquela ponte a pé, se a luz estava acesa quando eu ia a passar ela

apagava-se, se estava apagada, quando eu ia a passar ela acendia... eu ficava assim a pensar, qual é este sinal, o que é que este sinal me quer dizer? Mas outras luzes que eu passava...

**E: Acontecia-lhe frequentemente...**

**ID6:** Não sei eu... eu ficava assim a pensar, porque é que esta luz acende, porque é que esta luz apaga, que sinal é que isto me quer dizer e como era assim, quando eu estava a chegar ali perto do cemitério, eu subia por ali, aquela luz, via-me ali aquela luz, dava-me um sinal e eu era assim, “pois o cemitério está ali e tu estás-me aqui a querer dizer alguma coisa, mas o quê?” Então lentamente, eu fui pensando assim, se calhar eu choro demais, se calhar eu estou-me a agarrar muito a ele, estou a puxá-lo, estou a não deixar, a não deixar sossegar! Eu tenho que entrar em mim própria e pensar assim, eu não posso estar, se calhar estou a prejudicar-lhe, ele está lá e não está sossegado, estou sempre a puxar, estou sempre a puxá-lo para casa (*lágrimas*), a pedir-lhe coisas... vou tentar deixar-me, não fazer nada, rezar mas não fazer mais nada, não estar assim sempre com aquela coisa... e a luz deixou de dar esse sinal! A sério, a luz deixou de me dar esse sinal... agora eu passo e lembro-me daquela luz e ela nunca mais apagou nem nunca mais acendeu, ou está acesa quando está acesa ou está apagada quando está apagada... e eu pensei assim, estava a precisar que eu estivesse calma, que eu não andasse sempre a puxar... (*lágrimas*)

**E: Recebeu algum tipo de apoio físico ou humano?**

**ID6:** Não, não.

**E: Nunca recorreu a associações?**

**ID6:** Não, não. Nessa altura acho que até nem havia assim associações e se havia a gente nem sabia...

**E: E medicação tomou alguma?**

**ID6:** Ah, sim! Medicação, foi quando tive de ir... eu quando ia ao SAMS, que pertencia à parte dos bancários, eu ia lá e depois elas... eu chorava... (*choro*) e então disseram, “ah, você tem de vir aqui, você não anda bem, você não anda bem!” E então eu fui... lá me deu então uns medicamentos para eu tomar e eu depois comecei a tomá-los, quer se dizer, sentia-me mais calma, mais relaxada, assim mais... mas comecei assim a pensar, “ó pá, isto não está certo, eu tenho que me de deixar de tomar isto porque afinal eu tenho que enfrentar que a vida que é assim, se ele foi...” quando eu às vezes, via aqueles acidentes dos carros que eles ficavam todos espatifados e a pessoa não tinha um arranhão, não tinha nada, eu assim, pronto, eu acho que tenho de entrar naquela coisa e dizer assim, “Deus quis assim e eu tenho que me, tenho que admitir, tenho que aceitar pronto, aquilo que Deus me deu, pronto! Não posso estar aqui e tenho que me deixar de fazer pedidos e fazer coisas, tenho, pronto!” Então andei um tempo a tomar aquilo mas depois comecei assim a pensar, “ando-me aqui a pôr encharcada de medicamentos para quê? Afinal...” e depois aquela luz começou-me a abrir o cérebro e eu assim, “ai, vou-me deixar disso!” Depois deixei de tomar. Acho que ainda quem acabou de tomar esses medicamentos até foi a minha nora, que depois começou-se a coisar e depois mais tarde é que ela... “olha tenho ainda aqui drogas, queres tomar? Olha, são fracos mas olha!” Porque eu disse ao médico, “não me dê coisas muito fortes porque eu preciso de trabalhar, que eu tenho mais quatro e tenho a minha neta que está mais comigo do que com a mãe,” porque a mãe morava na Quinta do Picado, “e eu preciso de reagir, eu preciso de andar, nem que ande de dia e de noite chore! Mas eu tenho que andar, tenho que enfrentar as coisas pronto, não pode ser, tenho que... tenho que... desamarrear-me...” tinha... sabe que eu andei um ano e tal de luto! Eu não conseguia tirar o preto! Amarrei-me muito... amarrei-me muito... preto! Para mim, para mim uma cor qualquer não dava, tinha que ser mesmo preto, meia preta, tudo preto! Não me sentia bem de outra maneira! Sentia-me assim pronto, não conseguia! Depois lentamente, lentamente, lentamente lá fui, pronto agora já, agora já sou capaz de vestir um casaco vermelho... assim... pronto, parece que fiquei assim meia drogada, mas agora já visto assim qualquer cor já me sinto

assim mais... pronto, olhe, comecei a pensar que não levava nada, não conseguia nada e que se me aconteceu aquilo há outros que ainda lhe acontecem pior e eu tive que, pronto, aceitar! É mesmo aceitar mesmo! Aceitar... e agora quando vejo crianças aí a sofrer tanto, com tantas doenças, com tantos problemas, com tanta coisa peço, ai meu Deus... o meu foi de repente pelo menos... não devia ter sofrido, fiquei eu cá para sofrer... se calhar Deus deu-me essa prova para eu, sei lá, pensar de outra maneira, não sei...

**E: O que gosta mais de fazer e o que gosta menos de fazer, depois do seu filho ter falecido?**

**ID6:** Olhe, eu gosto de fazer tudo. O que não gosto de fazer, não sei... acho que nada sei lá! Acho que gosto de fazer tudo! É... entrei assim naquela de, quanto mais andar ocupada melhor, pronto, para não estar a pensar em nada, melhor, eu não gosto de estar parada, gosto de estar sempre a mexerica! Para um lado e para o outro, de manhã vou ter com uma senhora a Aveiro, agora à tarde vim almoçar, fui para a Quinta do Gato lá trabalhar na terra, vim porque tinha de ir buscar este *(o neto)* porque a mãe vinha buscá-lo às cinco e meia para ir embora e pronto, tem que ser sempre assim, pronto, os outros dias tenho uma bebé pequenina que tenho de ir buscar ali ao infantário e ir buscar o outro ao infantário e, tenho que andar sempre, não tenho feitio para estar parada, tenho que andar mesmo pronto, girar mesmo pronto, e se estiver sentada, tenho que dormir!

**E: Também é natural, precisa de descansar! (risos)**

**ID6:** Mas se não me assentar não preciso de dormir, ando sempre, não paro, não gosto, tenho que ter qualquer coisa! Quando não tenho mais nada estou como a outra, como a minha patroa, “ó A veja lá se deixa alguma coisa para fazer amanhã!” “deixo, deixo, que eu invento logo qualquer coisa, nem que seja ir ali mexer nos vasos lá fora, nas flores!” É, é, tenho que ter qualquer coisa para fazer. Chega ao domingo e eles às vezes não vem aqui assim, acabo o meu ritmo, o que é que eu vou fazer... noutro dia a M veio ter comigo e eu estava a tirar as coisas das gavetas para fora e a dobrar e a fazer e a não sei quê e a pôr, isto vai lá para baixo porque já é mais quente, não sei quê... tinha que estar ocupada, porque tinha que estar ocupada! Ou então ver uma novelazita, ou ver o telejornal, adoro ver telejornais! Sou capaz de deixar as novelas para ver o telejornal, gosto! Não é porque goste de ver a miséria mas talvez para estar, sei lá, talvez para pedir pelos outros, assim, “olha o que aquela mãe, aquelas pessoas sofrem!” Ainda agora aquele tremor de terra, aquela gente toda ali soterrada, olhe... Aqueles que vinham por mar a fugirem da guerra e a meterem-se ali e a morrer todos... aquelas crianças todas, que me dava aqui uma dor tão forte, credo! Pronto, gosto assim de saber o que se passa pelo mundo fora para a gente assim, “olha, afinal, os outros sofrem mais que nós!” A gente afinal não sabe o que vai pelo mundo fora e afinal há quem sofra muito mais, muito mais, muito mais... se formos a ver, estamos num cantinho tão pequenino que a gente até nem sofre nada!

**E: Nem é sofrer mais, é também a sofrer...**

**ID6:** É também a sofrer, pois... a dor é igual para todos... já sofri a dor da minha mãe que me faleceu, do meu pai...

**E: Antes do seu filho?**

**ID6:** A minha mãe não, foi depois do meu filho, não... foi antes do meu filho.

**E: Doença?**

**ID6:** Foi assim, uma trombose que lhe deu! Uma trombose que lhe deu. Saiu de casa, saiu daqui para ir fazer umas análises, umas coisas e foi para casa de outra minha irmã, que era mais perto e deu-lhe lá uma trombose, já não veio... Foi mesmo forte e isso foi muito mau! Ainda ele era pequeno, nessa altura, foi para a escola muitas vezes, ainda era pequenino, tinha a mais nova dois anos e meio, ainda eram pequenos... era, era ainda eram pequeninos e eu com eles todos ali... tive de parar de andar a siriquitar como andava porque, não tinha quem ficasse com eles.

**E: Era a sua mãe que ficava com eles?**

**ID6:** Era a minha mãe que ficava com eles, quer dizer eles iam para o infantário mas, pronto, aqui de manhã, para despachar, não sei quê... porque eu entrava às sete e meia, e então para eles se coisarem eu tinha que ir mas eu continuei à mesma a ir às sete e meia, que é eu ensinava-os de tal maneira que eles, nessa altura, se fosse hoje com tanto perigo que a gente já não conseguia fazer isto, mas na altura... também, era aqui o infantário, a escola era ali... pronto era aqui tudo perto, depois tinha aqui a vizinha que também estava aqui mais por casa e eles então chamavam mãe à vizinha do lado, que aquilo tinha um muro baixinho e eles saltavam de um lado para o outro, e este então (*aponta para a fotografia*), quando se zangava comigo dizia que ia para a outra mãe, “vou para a outra mãe!” “então olha vai!” (*risos*) Depois havia outro que era mais pequeno ainda dois anos e depois ainda havia a outra que ainda era mais pequena que dizia, “eu vou pá outa [para a outra] mãe! Vou pá outa [para a outra] mãe!” “então vai também!” Ele era assim muito... sei lá, era muito meiguinho e, não sei, tinha outro género de feitio diferente dos outros, não sei... de tal maneira que os outros nunca chamaram mãe à vizinha! E ele chamava à outra, mãe... como ouvia os filhos a chamar mãe ele também achava que como eles andavam cá, os dela vinham dormir aqui, os meus iam dormir lá, quer dizer, saltavam aqui o muro de um lado para o outro, aquilo era, era realmente uma mãe, ela tinha sete e eu tinha cinco, veja lá! Eles consideram-se filhos uns dos outros! Eu depois, quando eles eram maiores íamos para a praia, alugamos lá uma casinha, ela alugou também e eu lá ficava com eles todos, quer dizer, eram mais velhitos, quer dizer, ela olhava-me pela minha casa aqui, pela minha criação e pelas minhas coisas e eu tomava-lhe lá conta dos filhos! Ela ainda é viva coitada mas está aí deitada na cama e olhe, a pedir, olha também está ali eu ainda lá vou ter com ela mas ela nem sabe quem eu sou! Ali está... é uma tristeza, uma pessoa ali fica assim a penar, a penar, a penar, coitada e ela era boa pessoa também! O homem também já esteve aí uma data de tempo, uma data de anos aí também a sofrer e depois ficou ela!

**E: Demora muito tempo! Anos e anos às vezes!**

**ID6:** Meu Deus, meu Deus do céu!

**E: Olhe dona A, eu já não tenho mais nada a acrescentar...**

**ID6:** Está bem querida.

**E: Quer acrescentar mais alguma coisa?**

**ID6:** Olhe filha, se fosse há uns anos atrás, eu se calhar revoltava-me muito mais, muito mais, muito mais! Era capaz de estar a chorar aqui toda a vida (*risos*), sei lá... já... não é porque esquecesse, enfim, vou lá todas as semanas ter com ele e falo com ele e ainda lhe peço, ainda lhe peço! Ainda agora lhe pedi, “é P pede ao Senhor para ver se o teu sobrinho arranja emprego, que ele não tem emprego!” eu estou sempre a pedir-lhe, “eu sou uma chata não sou, filho?” Então como ele lá deve estar perto deles, então eu peço-lhe, ele sabe que eu estou-lhe sempre a pedir!

**E: Olhe e igreja e... costuma ir, teve muito apoio da parte da igreja?**

**ID6:** Não, filha não! Eu tive que me desenrascar sozinha, pronto! E aqui em casa mostrava-me cheia de coragem, cheia de genica pronto! Tinha que ser porque os irmãos também não tinham culpa, não é? Já sentiam muito a falta porque sentiam, não é? Fora disso olha, é o que eu digo, ia para o barraco em baixo e eu vingava-me lá! Ia para lá, chorava o que me apetecesse e depois lavava a cara e vinha para dentro e dormia. No outro dia podia ter os olhos inchados mas passava, as minhas colegas já nem perguntavam nada... já sabiam que pronto... quando perguntavam, tentavam animar e coiso e tal, mas...

**E: Pois, uma pessoa nem sabe o que há-de dizer...**

**ID6:** Nestas alturas mais vale estar calada do que, não é? Ouvir o que a pessoa quer dizer...



**Duração:** 80 minutos

**Local:** domicílio

**Elementos presentes:** entrevistadora (E); participante no estudo nº7 (ID7);

**E: Sente-se neste momento em luto?**

**ID7:** Sinto, em luto, mas muito, mesmo luto. Aquele luto dorido, aquele luto sangrento... parece que o meu coração sangra de tanta tristeza! Eu acho que isso é que é o luto.

**E: É, é o coração esfrangalhado... Olhe e, consegue-me falar alguma coisa da sua vida, como é que era quando era nova, a sua... assim, só uma coisa geral, assim, como é que era quando se casou e teve os seus filhos, as suas origens... é daqui desta terra ou vem de fora?**

**ID7:** É, eu vivi... eu morei naquela casa, nesta nova ali e dali vim para aqui já vai fazer 50 anos.

**E: Então e conheceu cá o seu marido? É daqui também?**

**ID7:** Sim, sim, é, é daqui pertinho.

**E: Casaram, tiveram...**

**ID7:** Casámos e tivemos 4 filhos. Comprámos esta casinha muito velhinha, muito velhinha.

**E: E recuperaram-na?**

**ID7:** E... foi nas partilhas da minha mãe... e comprámos e depois aos pouquinhos, começamos a renovar. Atrás das camas dos meus filhos... eram uns quatinhos pequeninos, parecia *aquase* [quase] em Fátima o dos pastorinhos! Só cabe a camita e mais nada! Até eu nem, nem, nem podia limpar! Eu se fosse para limpar eu desarmava aquilo tudo! Depois aquilo tudo... Até nascia fetos! Quando eu dava fé estavam fetos a acompanhar a *estanteira* [cabeceira] da cama!

**E: Então precisou mesmo de fazer obras mesmo grandes!**

**ID7:** Pois tive e foi tudo abaixo, só ficou a ponta daquela casa e a desta!

**E: Ficou a estrutura...**

**ID8:** E atrás deitou-se tudo para trás de modo a fazer corredor, quartos, olhe que eu tinha duas salas, tinha cinco quartos e duas cozinhas, imagine! Quem visse dizia assim "ah, grande casa!" Era, era, era... a gente não podíamos passar uns pelos outros, não tínhamos a nossa, não sei explicar, estar no nosso quatinho...

**E: Privacidade?**

**ID7:** Não passar ninguém por nós! Agora sim, agora está o corredor, cada um mete-se no seu quatinho e pronto! E foi uma vida difícil, foi uma vida muito difícil! Com 4 filhos todos muito pequeninos, o meu marido sozinho a trabalhar, eu quando pude comecei a meter a minha filha, que de raparigas só tenho uma...

**E: A mais velha?**

**ID7:** A mais velha. Comecei a mete-la à cozinha para ir dar umas horitas ou ajudar este ou aquele, para trazer qualquer coisa que ele nos desse e depois quando ela já foi capaz de, como eu, organizar à noite, de ela fazer de comer, eu empreguei-me!

**E: Arranjou emprego?**

**ID7:** Arranjei emprego! Então aí, o dinheiro que eu devia, que eu pedi, era assim, o patrão dava-me o dinheiro e eu fazia de conta que não recebia, punha para o lado dentro de um envelope! E eu que não sei ler, o meu homem sabia ler e é que fazia as contas do pai. O pai era um mestre-de-obras assim, fraquito, mas pronto, mas era ele que lhe fazia as contas, e o que o pai lhe dava para ele chegava e ele dava-me o dinheirinho todo que ganhava, e não era muito mas pronto, dava-mo todo! E eu andava só com aquele dinheirinho que o meu homem me dava e o meu fazia de conta que não estava já, já sem trabalhar. Quando, quando teve o dinheiro para lhe dar e os juro disse "vai levar o dinheiro que está aqui e o dinheiro dos juro" e ele "e tu já tens esse dinheiro?" e eu assim, "pensas que eu ando a dormir? Eu não sei fazer contas..." que eu não sei fazer contas, mas sabia quanto... eu contava o dinheiro, eu sabia, contar o dinheiro eu sei contar e pronto, ele lá foi

levá-lo, foi ao pai dele e o pai dele “tens uma mulher de vida!” e tal... chegou à conclusão, isso foi para pagar aos meus irmãos, esses que eu pedi primeiro, mas depois para as obras? Depois para as obras eu continuei a trabalhar, que eu trabalhei naquela firma 7 anos! Continuei a trabalhar e o dinheiro sempre para o lado, sempre para o lado, já tinha xis dinheiro no banco e depois comecei a comprar *metrial* [material], vigas, tijolo, aquelas coisas todas... tinha ali... isto era, isto não era estrada, era um *caminhico* [carreiro]! ‘Tava [estava] ali assim já... e eu queria começar com obras mas, nem o dinheiro que estava no banco chegava nem o *metrial* [material] também... era um princípio, mas era um princípio para eu ir ter de pedir outra vez! “Olha” disse para o meu marido, “vais ao teu pai outra vez...” diz ele assim, “eu não vou!” “olha, se não vais tu vou eu! Porque eu não vou pedir nem para chocolates, nem para luxos, nem para gastar mal gasto! Eu vou porque eu... porque eu, o objetivo que eu quero é uma coisa que, se ele não me emprestar eu tenho a certeza que arranjo o dinheiro, se não for no teu pai!” mas ele como viu que eu ia então ele foi e pediu ele. Depois de eu ter a casa assim, porque a minha casa mesmo *apois* [depois] em obras por dentro, depois de estar dividida, tal, tal, tal, depois aquilo foi aos poucos. Já quando eu não devia nada, eu comecei a juntar, a juntar... e dei-lhe o dinheiro e disse assim, primeiro, metade, foram 200 contos, naquela moeda era tudo em contos, não é? 200 contos! Assim, “vais levar estes 200 contos e os juros” e ele, “ó mulher, eu estou tolo contigo!” “Pois estás! Que eu não juntava dinheiro porque eu não trabalhava, portanto o teu era para comer, mal, a passar fome digamos.” Mas entretanto também começaram os cachopitos a sair da escola e a ir logo trabalhar... não é como agora que andam com o saco até, até... depois até nem querem trabalhar! Eles começaram a ir trabalhar, lá traziam algum bocadito de dinheiro e entregavam-me! Não era ao pai! Eles iam direito ao pai “entrega à tua mãe, que a tua mãe é que é a mulher do dinheiro!” e eu quando já tinha os primeiros cem contos, ele levou-os... quando chegou aos últimos, chegou depressa porque eu era assim, eu juntava os dos *catchopos* [cachopos] como eu dizia, os dos *catchopos* [cachopos] e do meu e o do meu homem transitava sempre! Só se começou a comer melhor quando eu disse assim “já não devo nada!” Mas *apois* [depois] o meu homem a contar o dinheiro a pensar que eu ‘tava [estava] ... “falta aqui” ele dizia 20 contos e eu, “não, não falta! Eu contei tanta vez, tanta vez, tanta vez, não falta!” Pronto, e depois ele começou-se a rir e disse assim, “ninguém diz...” ele, “uma pata brava como tu és, sem saber ler e como é que tu contas tão bem o dinheiro e sabes dar conta de uma vida!” Porque se eu não soubesse ele também via que eu não sabia, tomava ele conta da vida, não é? Pronto, ele levou o dinheirinho. Naquele ano, assim, “meninos! Vamos todos a Fátima! Vamos todos a Fátima! Vamos agradecer a Nossa Senhora que eu já não devo nada a ninguém e tenho a minha casinha!” Tenho a minha casinha mas já estava dividida, nessa altura... dividida...

**E: Os quartos...**

**ID7:** Sim. Embora...

**E: Com o esforço de toda a gente, toda a gente colaborou, não é? Todos colaboraram...**

**ID7:** Exato, exatamente! A ganhar pouquinho, ‘*tadinhos* [coitadinhos], mas pronto! Quando foi para ir para Fátima, aí que aquilo deu para rir, porque o que está agora comigo, está divorciado, está agora a viver comigo, esse aí disse assim, “não me interessa Fátima para nada! Nunca tenho tostão!” Porque eu dava-lhe pouquinho, chegava ao fim da semana, se eu lhe desse 10 escudos ou para aí... e pronto, porque senão eu dava-lho, gastava-o, fazia-me falta a mim, não! Tende lá calma! Eu tinha que os ensinar e ensinei-os bem, só que eles depois de casados é que começaram a extraviar ... porque senão eu ensinei-os bem! Pois meu amigo, fomos a Fátima e diz-me a minha sogra e o meu sogro, que Nosso Senhor os tenha! “Quer se dizer, tu vais a Fátima...”, ah! E dei um *Kispo* ao meu homem quentinho e, pronto, um casaquinho também aos meus filhos, também mais quentinho, e ele assim “tu, foi mesmo dizer assim, eu não saio de casa sem pagar tudo!” Eu disse, “pois, porque eu não quero... pois assim, eles foram para Fátima, para aqui, para acolá, para

acolá, com o meu dinheiro...” porque quem deve tem de ter a responsabilidade de o pagar e eu mesmo agora digo, eu quero 5€ na mão meus, mas que tenha só aqueles 5€ meus do que estar... e fazer-me grande com o dinheiro dos outros! Não senhora! Tenho esta mentalidade assim, pronto! Não sei se está certa, se está correta mas olhe para mim é assim que funciona! Até que foi assim, a minha vida foi assim um pouco...

**E: Bastante dura!**

**ID7:** Muito, muito! Então da minha... da minha mocidade, então nem falemos!

**E: Antes de casar?**

**ID7:** Antes de casar!

**E: Porquê?**

**ID7:** Porque é assim, a minha mãe tinha 7 filhos! Enquanto eu tive 4, a minha mãe teve 7! E depois eram as pedreiras que se partia pedra à mão e eu ia... como eu na escola não dava nada, não dava nada na escola, a minha mãe “anda cá, anda cá para a pedreira!” Eu sentava-me, por isso é que agora os meus joelhos não dão para nada, não podia fazer o que a senhora fez! “Anda cá!” E por modo de ver o que é que eu fazia, o que é que eu partia, punha-me um cestinho na terra, não sei se conhece aqueles cestinhos pequeninos que é feitos em palha?

**E: Sim!**

**ID7:** Pequeninos, mas já eram apropriados para pôr a pedra, mas a minha mãe não *botava* [colocava], a minha mãe deitava logo para o monte, mas a mim punha-me a deitar para o cesto! Quando tivesse aquele cesto cheio, ela via quantos cestos eu partia no dia, ela pegava *apoís* [depois] no cesto *botava* [colocava] no monte que ela deitava e punha-me o cesto vazio outra vez à minha beira! Era aquela vida assim... e ela tinha uma coisa de giesta à beira dela... olhe, ainda tenho aqui um... olhe, ainda tenho aqui, vê aqui?

**E: Ah, pois tem!**

**ID7:** Tenho aqui!

**E: Uma cicatriz!**

**ID7:** Adormeci... Pois eu era *catchopa* [cachopa], eles agora ainda tem o miminho todo e dormir o soninho... eu já estava lá na pedreira e depois é que nascia o sol e a gente ali, sentada, punha-se o sol e a gente ali! Ora dava-me um sono! Eu nem me quero lembrar do sono que me dava! E a minha mãe, que Deus a tenha, ela ensinou-nos para a vida, a verdade é uma! Ela pôs-nos a dar gente mas... eu *estrepassei* [trespassei] pelos olhos, ela manda-me uma vergastada que eu acordei logo! Mas ao mesmo tempo que acordei, dei com o martelo aqui! Depois as freiras foi que me curaram! As freiras em Bande, sabe onde é Bande? Até tem as Carmelitas! E eu fui lá, ainda me lembro, elas deram-me chá e deram-me um bocadinho de marmelada e eu “ai que bom ter dado aqui...” soube-me bem ela dar-me os pontos para depois dar-me aquela malguinha... eu estava com tanta fome! Até me soube bem! Levei uma vida muito amargurada. Depois da pedreira andava nas estradas... olhe, quando eu casei, dia 24 do mês que vem fazia 50 anos, se o meu homem fosse vivo, 50 anos de casada!

**E: Ele faleceu há quanto tempo?**

**ID7:** Há 22 anos.

**E: Ainda teve de criar os seus filhos sozinha durante um tempo?**

**ID7:** Não!

**E: Eles já estavam todos criados?**

**ID7:** Tudo casado!

**E: A sério?**

**ID7:** Casado! Tudo!

**E: Casaram novos então, todos!**

**ID7:** Tudo! Eles nasceram todos em corrida! Nasceram todos olhe, a mais velha tem 28, outro tem 27, este meu filhinho o que morreu ia fazer 26 e o outro ia fazer 24, todos seguidos e depois a casar foi igual! Um abriu o caminho e os outros foram todos! Quer dizer, o meu marido, quando o Senhor o chamou também... também foi, quer se dizer, não se pode dizer assim “foi uma morte que a gente não contava”, contava, foi a mesma coisa do meu filhinho...

**E: Ai foi?**

**ID7:** Foi, só que ele não sofreu nem metade, nem metade...

**E: Se calhar também não havia tratamentos para prolongar, não é? Os tratamentos são muito bons por um lado mas por outro lado também prolongam por muito tempo o sofrimento das pessoas...**

**ID7:** Mas o meu marido durou menos...

**E: Foi um cancro onde, se não é indiscrição?**

**ID7:** No intestino... no intestino mas o do meu marido, eles abriram e fecharam e disseram, vamos estar quietinhos, em casa, não o internar mais, só foi internado uma vez, e vamos fazer tudo, tudo, tudo o que se possa em casa e ele... imagine que ele morfina tomou dois comprimidos...

**E: Estava mesmo avançado então!**

**ID7:** Pouco! Quer dizer, ele... o sofrimento como não era muito...

**E: Ai ao contrário! Ele durou muito tempo! Pensei que ele só tinha tido tempo para tomar dois comprimidos de...**

**ID7:** Não, o meu marido só tomou dois...

**E: Só precisou de tomar dois...**

**ID7:** Só precisou de tomar dois na véspera... e o meu filhinho era tanta, tanta... era morfina enfiada pela barriga, era nas coxas, era em selos... era, olhe, o meu filho foi...

**E: Há quanto tempo é que fizeram o diagnóstico ao seu filho? Há um ano que ele estava a fazer tratamentos ou há mais?**

**ID7:** Não, ele... a doença dele foi descoberta em novembro, dezembro...

**E: De 2014?**

**ID7:** Sim!

**E: Agora?**

**ID7:** Bem, eu digo que é 2014, parece que não estou a pensar bem... ele foi em dezembro e depois, já no fim, e depois o médico disse assim, “agora vamos deixar passar o Natal, que isto vai ser uma operação que depois fica lá vai passar o Natal, Ano Novo...” e então ele foi operado logo no princípio de janeiro e depois foi de janeiro... ah pois! Fez um ano no janeiro que passou, no janeiro que passou... e depois foi então de janeiro a 26 de abril... ele sofreu muito o meu filhinho!

**E: E ele esteve consigo? Estava aqui consigo?**

**ID7:** Não, ele era internado e eu ia para lá o dia todo, todo! Eu quando fosse nove e dez, nove e um quarto estava na beira dele, e as enfermeiras diziam assim, “eu vou a sua casa um dia a ver se o seu colchão tem... tem picos! Você não para na cama! Vem ver o seu menino logo de manhã!” Enfermeiro, médicos e tudo pensavam que ele que era divorciado ou que era solteirão!

**E: Pois, estava lá todo o dia...**

**ID7:** Porque eu estava lá todo o dia e ninguém via a mulher! A mulher tinha que trabalhar, isso fora de questão, nada a dizer! Ela para pagar a casa ela tinha que trabalhar, mas há hora que ela lá chegava, pronto, já ninguém a via! E depois também aquilo, ela estava lá era como ao outro, nome do Pai, Filho, Espírito Santo e era mesmo fazer o carimbo, como eu fiz agora no dedo, eu vim aqui! Tau! Aquilo era rápido mesmo, ela quanto mais tarde fosse melhor! Ao sábado e domingo... ai, eu sofri muito com ela! Ver um filho sofrer tanto e ver ela assim tão cabra, ai! Nem me quero lembrar! Então ela ao sábado e ao domingo não podia dizer assim, “vou pegar nos meus filhinhos e vou passar o dia com o meu marido e os meus filhos com o pai!” Eu então, nessa

maré, se ela fizesse isso, eu ficava em casa no sábado e no domingo para descansar, que eu estava exausta! Eu estava... Deus me livre! Aquilo foi por Deus eu aturar tanto, tanto, tanto! Mas não, ela isso nunca fez. Ela chegava lá eram seis e meia, sete e meia e aquilo era até às oito! Ao domingo e ao sábado! E eu domingo ia, não tinha... porque este meu filho que está aqui agora... no princípio que o meu filho ficou doente, aí está! Ele ainda aqui não estava! O meu filho vai fazer um ano, agora no princípio do mês que vem, que está aqui porque está divorciado, mas naquela maré ainda estava na mulher, portanto eu não tinha quem me levasse. Ao domingo... ao sábado ainda tinha camioneta às oito e um quarto, mas ao domingo tinha às sete e um quarto! Eu ia às sete e um quarto na camioneta, ia para beira dele até às onze horas, onze horas ia à missa porque tem lá capela em cima, no piso nove, eu ia lá à missa! Não era no nove, era no catorze! Depois é que vinha para a beira dele e estava lá a tarde toda! E depois vem a morcona, assim à tarde, “ai, eu tenho a minha vida, aí!” Eu até tinha a minha vida, mas só que a minha casa não parecia a minha casa... eu abandonei tudo... não me interessava que estivesse sujo, que estivesse com teias de aranha, olhe, não me interessava nada! O que eu queria era ir para a beira do meu filho... Fiquei muito chocante com ela! Porque ela naquela maré não me ajudou! Naquela maré se ela me quisesse ajudar era ir para lá ao sábado e ao domingo eu descansar!

**E: O seu filho esteve sempre consciente?**

**ID7:** Sempre, sempre, sempre, sempre! Variava no fim qualquer coisica mas de repente já estava a dizer certo! Sempre! E então eu depois, quando ele foi para a fase terminal, ela que fosse perguntar aos médicos, que fosse perguntar aos médicos o que se estava a passar. Eu desde início, logo que apanhei os papéis prontinhos dos exames, eu dei logo 60€ a um médico que trabalha lá no IPO, por modo de ele me dizer o que é que se estava a passar. Eu soube logo ali em Figueiró, que era gravíssimo! Mas eu para mim, gravíssimo sabe o que era? O gravíssimo para mim era, como eu vejo muita gente a durar 4, 7, 10 anos... ir e vir, ir e vir... fazer um tratamento, ir e vir... para mim era o grave, era isso, não era eu ficar sem o meu filho em tão pouco tempo! Antes à fase terminal o médico disse “olhe, o seu filho está a entrar na fase terminal e vai ser passado para os cuidados paliativos”, assim olhe, aí até já deixavam ter uma pessoa de noite. Então aí apareceu a rainha! Aí apareceu a mulher! “Ele é meu marido!” “Pois, mas antes de ser seu marido era meu filho, e é meu filho e será sempre o meu filho!” Aí ela não queria que eu fosse, ia ela para lá e ficava de noite, meteu baixa... dois mesitos que ele esteve! E não queria que eu fosse! E o medico disse-me assim, eu disse “ó senhor doutor, eu ando tão triste!” “Porquê?” Não, ele disse-me, “não é para menos! Sabe que o seu filho, a situação dele...” eu disse, “não é só isso senhor doutor, que eu sei que o meu filho, eu acredito no senhor doutor e vejo o meu filho a ir para baixo, eu estou a ver isso, mas a esposa não quer que eu venha vê-lo...” “mas, mas, por alma de quem que não quer que o venha ver?” “diz que ele que é o esposo... que é o esposo dela...” “e você é a mãe e você foi uma mãe potente, foi uma mãe ativa, foi uma mãe presente! Ele *estrepassava* [trespassava] pelos olhos, acordava via a mãe! Ele *estrepassava* [trespassava] pelos olhos, acordava via a mãe! Não via mais ninguém! Por isso, você vem na mesma, na mesma! Você não vai deixar de vir ver o seu filho só porque ela agora quer ficar bem na fotografia! Ela agora em ultimo quer ficar bem na fotografia, mas olhe, a minha ideia, se a senhora aguentar, que eu sei que a senhora, que está, você depois vai ter os tempos que você vai passar uns bocados...” “estou a passar, e estou a passar!” “Mas você, se aturar, vá para a beira do seu filho!” Eu ia, ela começava, “para quê que você veio? Já são nove e um quarto já aqui está! Para estar aqui até às sete menos um quarto! Porque é que você está aqui tanto tempo? Você anda a gastar dinheiro sem ser preciso! Eu sempre estou aqui!” “Não se incomode com o meu dinheiro, olhe pela sua vida, contabilize lá a sua vida e deixe-me em paz!” “Ai, porque você se viesse só de tarde já não gastava o dinheiro para comer por aqui!” “Ainda não pedi nenhum! Não pedi nenhum nem lhe devo nenhum, portanto, continuo a dizer-lhe, olhe a sua contabilidade” e ela virava-se para ele e

dizia assim, “não é verdade? Não é verdade que a tua mãe não era preciso vir?” “ó, deixa-me em paz! Deixa-me em paz! A minha mãe nunca me largou, não é agora que me vai largar!” A resposta dele, e ela, “mas não era preciso!” Eu estava a ver, eu conheço-a bem e estou um bocado revoltada com ela, com ela estou, não é com Deus, com ela estou! Ela deu mesmo a entender que eu podia dar-lhe o dinheiro que eu gastava na camioneta e que gastava para comer, para ela, sabe? E eu estava a ver aquele ambiente e eu... fiquei assim muito, muito...

**E: Mais incomodada...**

**ID7:** Muito revoltada! Eu sofri muito com ela, sofri muito! Depois começou a dizer, “quando o meu marido morrer você não pense que é você que vai ter mais pena, quem vai ter mais pena sou eu e os meus filhos! Porque você via o seu filho mas era de longe a longe!” Eu disse, “eu via o meu filho de longe a longe, porque infelizmente você moldou-o tal qual como um boneco! Portanto, você dizia assim é para ali que nós íamos e era para ali que ele ia! Não dizia, vamos à tua mãe!” Portanto, em minha casa eu juntava-os no Natal, nos meus anos e às vezes fazia um magusto de castanhas e eles vinham também, já para os juntar todos. Mas ela vinha! Ela gosta mais lá da comandita da família dela... e por isso aí, estou revoltada sabe? Estou muito revoltada com isso, muito triste, muito triste! E estou a fugir de a enfrentar...

**E: Nem tem necessidade... se calhar ainda é muito cedo também para...**

**ID7:** Eu vou ao cemitério todos os oito dias, já lá fui hoje. Comprei um candeeiro grande, ponho lá uma lamparina a arder, levo um arranjozinho pequenino, não tem nada a ver com o dela! O dela, ela lá faz grande, lá como ela quer! Pronto, por agora ela não me tem tirado nada mas se ela quiser tirar, deitar ao lixo, é problema dela, o meu, o meu, ai, a minha parte está feita!

**E: Exatamente. Não é para os outros verem, é para si...**

**ID7:** É para mim! É o gesto que eu tenho e agora se ela deitar fora... mas não tem, não tem deitado fora!

**E: O que é que mudou, o que é que acha que, desde que o seu filho faleceu, o que é que mudou?**

**ID7:** Mudou a tristeza... muito triste! A minha sobrinha sabe, que eu, onde eu estivesse não havia tristeza, não havia tristeza! Eu... ui, ui! Esta quando eu chegava a casa dela, à beira dela, ela abraçava-se a mim e, ó tia! Agora, ela as faz na mesma mas eu só choro, às vezes eu só choro!

**E: Mas também o facto de estar sempre com o seu filho e de repente agora não o ter, não é?**

**ID7:** Pois é, não é? A vizinha ainda agora me disse, “você retire-se, retire-se da ideia do seu filho, que você nem deixa o seu filho seguir, o seu filho...”

**E: Mas também ainda é muito cedo, não é?**

**ID7:** Mas ele quer dizer, que é uma coisa muito agarrada, anda muito agarrado! Isto aqui, se eu estiver entretida, assim por exemplo, amanhã vou a casa da minha sobrinha almoçar ao meio dia e depois de tarde estamos ali todos no convívio, pronto! Eu se estiver assim mais triste e tal, retiro-me um bocadito e torno outra vez no meio. Como hoje, como hoje quando o homem que estava a tirar as fotografias, que é irmão da minha nora, quando eu o vi deu-me uma tristeza... comecei a chorar porque me lembrei do meu filho, o meu filho dizia “ó N, N, anda-me buscar! Já estou farto de hospital! Anda cá N!” E eu lembrava-me daquilo tudo e pronto, bastou vê-lo para me... pronto, está a ver? Perder um filho é muito difícil!

**E: É muita saudade, não é?**

**ID7:** Muita, muita, muita, muitas saudades! E eu só lhe disse assim para ela, “e você pensa que eu que não via o meu filho? Eu sabia que ele que estava bem! Não via o meu filho mas tinha-o... tinha-o cá!” “Você via-o poucas vezes, eu é que vou sentir, depois chego a casa do trabalho e não o tenho! E se eu não olho por mim eu *inda* [ainda] vou mas é também! E eu vou fazer um seguro que é para o modo depois...” Porque não ficou com a casa paga! Ela não ficou... ela ficava se não fosse tão doida! Se ela fosse como eu tinha a casa paga hoje, já que teve a infelicidade de ficar

sem o marido, ficava com a casa paga! Assim não, assim não pagou, pronto, quando foi para dar os papéis para ficar com a casa paga antes de ele ainda falecer... quatro meses que não tinham pago o seguro! Depois ia para fazer o seguro, ele estava muito doente, já não lho fizeram!

**E: Pois não!**

**ID7:** Pronto! Eu não lho perguntei mas noutro dia encontrámo-nos no cemitério, ela veio há minha beira, cumprimentou-me e à beira da minha filha, e a minha filha vira-se, “então e a casa?” E ela, “ai a casa! Ai, eu até nem gosto de falar na casa, porque as pessoas falam na casa só para fazer pouco de mim!” e eu, nem uma nem duas, não respondi, porque se respondesse já explodia e dizia logo, “sabe porque é que as pessoas perguntam, porque o normal é que as pessoas fiquem com a casa paga, quando são de vida! Mas você precisava de metade de Figueiró...” a ganhar para ela, para ela ter dinheiro, que ela quanto mais tem mais gasta! Eu não sou assim não! Eu tenho de esperar pelo dia de amanhã...

**E: E os seus filhos tem vindo cá, tem dado muita companhia?**

**ID7:** Sim, olhe a minha filha é a que mais me apoia, é! A minha filha... olhe, ainda hoje eu fui ao supermercado...

**E: Eles moram cá, aqui ao pé de si, ou moram para o Porto, ou assim?**

**ID7:** Não, não! Um, mora à beira da igreja da Carvalhosa que é, de carro são cinco minutos à igreja da Carvalhosa. Outro, mora, que ainda é mais perto, à beira do radar aqui em Paços, na rotunda do radar, mora logo ali à beira e o outro que é o que está fora da esposa, está aqui, por isso...

**E: Tem ajudado, não é?**

**ID7:** É, mas a minha filha é que me dá sempre mais apoio. Olhe, eu fui fazer um... um... como é que se chama...

**E: Um eletrocardiograma? Um exame ao coração?**

**ID7:** Não, uma biopsia ao peito e eles ligaram-me do hospital a dizer que em vez de ser no dia um era no dia vinte e nove. Eu tomei sentido, só que se a minha filha não me encontra e diz “ó mãe, você na segunda-feira não se esqueça de se meter na camioneta, na pacense, que é em Paços, que eu espero lá por si, entro na camioneta quando você vier para baixo” e eu “para onde?”, já não me lembrava! Muito esquecida, muito esquecida, muito, muito, muito!

**E: Quando está em casa, se estiver sozinha, o que é que faz para se distrair?**

**ID7:** Tem estado muito calor, porque quando não dá muito calor, eu gosto de ir lá para trás, para o quintal tirar ervas lá ao repolho.

**E: A sua hortinha...**

**ID7:** Sim, quando... como tem estado este calor, fecho-me mais, fecho-me mais, fecho-me mais aqui dentro! Começo a ver fotografias, fotografias! Onde ele está quando era novo, aquilo tudo, mas sempre mexendo nele, aí está!

**E: Mas não é para ficar desesperada?**

**ID7:** Não!

**E: É para recordar recordações boas...**

**ID7:** Sim, mas pronto, recordar, recordar, recordar o meu filho...

**E: Fala muito com as pessoas, ao telefone por exemplo?**

**ID7:** Ai ao telefone com a minha filha... eu falo muito para ela! Outro dia olhei para o relógio, uma hora menos... duas horas menos dez! Que ela esteve a falar comigo!

**E: Já lhe doía a orelha!**

**ID7:** Tinha mas era a minha mão adormecida! Que eu estava a ver... eu mudava daqui *praqui* [para aqui], daqui *praqui* [para aqui] e daqui para acolá, mas é assim, ela para vir aqui a minha casa é mais complicado e depois o homem não quer que ela ande de BM à semana, é a carrinha da fábrica. A carrinha da fábrica para ela chegar aqui e estar 2 minutos não dá! O homem de repente precisa da carrinha e também, de repente também precisa de a mandar “olha, vais buscar isto ou

332 aquilo, vai-me fazer este recado ou aquele...” portanto, falamos mais pelo telefone do que mesmo  
333 pessoalmente, mas é como pode ser, pronto!

334 **E: Exatamente.**

335 **ID7:** Mas eu há bocadinho ia falar do meu casamento, eu andei a deitar asfalto na estrada em  
336 Freamunde, à beira da capela de São Francisco. Eu, na véspera do meu casamento fiquei tão preta  
337 como esta roupa, porque o... ainda não era estes sistemas agora, era assim quase como deitar  
338 sulfato assim, a *eitinho* [a direito] por cima do cascalho e eu naquele trabalho! Trabalho de  
339 homem para já!

340 **E: Pois!**

341 **ID7:** E eu ali a trabalhar, e depois chegar a casa, nem uma casa de banho a gente tinha para tomar  
342 banho, ninguém tinha casa de banho! Era aquelas retretes antigas, não sei se se recorda?

343 **E: Sim, sim, sim! Eram lá fora!**

344 **ID7:** Olhe! Tive de me lavar toda com petróleo para sair o...

345 **E: Preto...**

346 **ID7:** Sim, senão não, não saía! Tinha de ser feito tudo com o petróleo! Depois do petróleo, sabão,  
347 depois do sabão foi para o sabonete, depois... ai minha vida!

348 **E: Nunca foi tão lavadinha como no dia do seu casamento!**

349 **ID7:** Ai minha nossa! E depois os calcanhares, eu ia esfregar os calcanhares ao tanque, ai Senhor!  
350 Não, não, a minha vida contada dava um romance!

351 **E: Estou a ver que sim!**

352 **ID7:** Então a minha mãe fez o meu jantarzinho de casamento aqui em casa e pronto, era assim!  
353 Foi pedir a loiça há minha tia, que é que foi a que fez de comer! Ao outro dia, eu aqui já nesta  
354 casa, não é? Estava a dormir e ela bateu-me à porta, “Menina! Põe-te a pé para modo de ires para  
355 a missa da manhã e levar a loiça à tia!” Eu, com o cesto da loiça à cabeça ao outro dia, ir levar a  
356 loiça à mulher que mos emprestou! Não podia esperar mais por mais um dia, para estar... isto foi  
357 num sábado, eu casei num sábado, no domingo fui levar a loiça!

358 **E: Era precisa a loiça para outra pessoa, às tantas!**

359 **ID7:** Ai, ia-lhe muita gente pedir! Fomos levar a loiça e depois de tarde foi para Santiago! Ao outro  
360 é o Santiago, era no dia 25 de julho. Era a bicicleta de pedal que ele tinha, ia no quadro... no  
361 quadro da bicicleta, sabe o que é uma bicicleta com quadro? Eu ali sentada! Ai que dores no meu  
362 traseiro! Nossa Senhora! Ai Nossa Senhora! Eu dei o passeio ao diabo cinquenta vezes! Ao outro  
363 dia, estrada outra vez! *Num* [não] tinha férias! Agora é... agora só se fala em férias! Eu digo, as  
364 pessoas se soubessem o passado da gente! Não se falava em férias! Eu não sei se conhece  
365 Rebordosa?

366 **E: Não, não sou de cá deste lado, sou mais para o lado de Aveiro.**

367 **ID7:** Ah pois! Também não conhece, mas Rebordosa a pé é preciso três horas e meia, para lá, três  
368 horas e meia para cá!

369 **E: E ia a pé?**

370 **ID7:** Ia a pé e ia lá duas vezes! Saíamos a primeira vez aqui às três da manhã! E *apois* [depois], não  
371 tínhamos dinheiro para calçado era umas sapatilhas assim... parecia tipo pano, mas rompia,  
372 rompia por baixo e depois o sangue até ficava no chão! Ó vida! E quando estava muito frio?  
373 Levávamos um... nas cadeiras, num carro, era assim um carrinho de mão com assim... com ai!  
374 Como é que hei-de dizer? Com um cabeçalho, e depois agarrava uma aqui e outra aqui, lá íamos  
375 nós, mas o frio era tanto e aquelas camadas de neve faziam *schrec*, *schrec*, com os pés! *Apois*  
376 [depois] parávamos, levávamos os *palhitos* [fitas], levávamos um bocado de fitas, de fitas dos  
377 *vaipiras* [restos da madeira de plainar], de fazer a mobília...

378 **E: Ah, sim, vime...**

379 **ID7:** Era assim, saíam as fitas, a gente pronto...



**E: Já sei, já sei, de plainar, não é?**

**ID7:** Sim, sim! E acendíamos de modo a nos aquecer, cheias de frio, mesmo a puxar aquele frio... muita gente agora diz que é frio... antigamente é que era frio! O que é, as pessoas agora apanham um bocadinho de frio ficam todas tolhidas e eu digo assim, se vós apanhais o frio que eu apanhei! Por isso é que eu agora dos ossos... eu, eu já disse, eu vou acamar vai ser pelos ossos, vai ser pelos ossos! É que eu tenho muita, muita artrose dos ossos todos!

**E: Então, também teve uns trabalhos tão forçados! É natural que desgaste as articulações todas!**

**ID7:** Então isso é que deu cabo de mim! Eu agora, já me fizeram 78, 79! E eu disse, “olhe, estão a falar bem! Se eu lá chegar!” Mas não chego! Pelo caminho que vou, uh!

**E: Tem de fazer sempre por andar! Andar, andar! Não pode é parar, que isso é pior para as articulações! Andar muito não, não pode é parar!**

**ID7:** Mas andar muito eu não posso!

**E: Não pode é estar muito tempo parada! Porque depois começa a sentir que levantar e sentar custa cada vez mais e as articulações começam...**

**ID7:** Depois tenho muito peso! Fui esta semana à enfermeira e ela mediu-me, pesou-me e tal... 94... eu disse, “ai, eu sou uma bola! Se eu cair vou aos *boleirões* [trambolhões], ninguém me apanha! Sou uma bola por completo!” Mas a minha vida tem sido muito triste, muito triste e, Jesus! E quando o meu marido me faltou, já com eles todos casados, e este, que o Senhor me levou agora e o que está aqui a viver, eram os que não tinham casa e eu disse-lhes para eles, “se vós dois, voluntariamente, se vós quisésseis vir viver para minha casa eu não ficava sozinha!” Claro, pois tinha uma casa que desse para viver outra família, não era? Ah, um é mau, outro é mau... pronto, não quer, não quer!

**E: Pois!**

**ID7:** Passados três anos, já tinha passado o pior! Olhe que o meu quarto, que é aquele da entrada, eu mudava a mobília para aí uma dúzia de vezes durante a noite! Eu não dormia! A cama estava ali, eu passava-lhe para o lado dali... só não mexi no guarda-vestidos... a cómoda estava dali e eu mudava para o outro lado... andava assim a noite toda, toda!

**E: Pois, estava cá sozinha, não era? De repente ficou cá sozinha, os filhos foram-se embora...**

**ID7:** Tudo! Eu fiquei foi como ao outro, se algum rato andava por aí, foi a companhia com que eu fiquei! De resto fiquei... Ui! Deus me livre como eu fiquei! Depois a minha irmã ainda veio aqui dormir umas noites e ela era assim, “eu vou para a minha cama! Ui! Tu não dormes nem deixas dormir! Tu viras-te, viras-te, viras-te! Nem dormes, nem deixas dormir!” E eu era assim, “vai para o outro quarto que está vago!” “Não vou, não senhora! Ou é para dormir contigo ou então vou para minha casa, só durmo aqui esta noite!” Pronto! Esta que veio hoje da Alemanha, veio dormir uma noite comigo, ela trabalhava aqui nesta fábrica aqui...

**E: Também é sua irmã?**

**ID7:** É sobrinha, filha da minha irmã! Ela trabalhava aqui nesta fábrica, aqui à beira e eu assim, “ó sobrinha, dorme comigo!” e ela, “eu vou dormir, tia, eu logo vou dormir consigo!” Olhe, é assim, nós passeávamos muito, depois dos meus filhos já estarem assim homens, sempre uma vidinha *guiadinha* [certinha], mas passeávamos muito, eu mais o meu homem passeávamos muito! Nós íamos para o Algarve, íamos para Espanha, nós lá íamos! Levava sempre a minha sobrinha, esta que chegou da Alemanha! Muita gente pensava que ela era minha filha, para todo o lado que eu fosse, ela ia comigo! Uma vez em Espanha, nós a dançar, “vamos lá a ver quem é que dança melhor? Se é a mãe se é a filha?” Pensavam que ela era a minha filha! Portanto, aqui a minha sobrinha a conviver com o meu marido e tudo, era como um pai, está a ver? Portanto ela sentiu muito também a falta dele! Veio dormir aqui uma noite, ela não dormiu nada! Eu, eu não dormi, mas eu fazia que estava a dormir, eu ressonava e estava ela, “Ai!... Ai!...” e eu, ai, está bonita está! Depois veio outra minha sobrinha, na mesma... Todas diziam ai, ai, ai! Ai, ai, ai!... Vão dormir

para vossa casa! A minha vida tem sido... mas agora voltando ao mesmo, o que me arrasou de tudo, foi agora a morte do meu filho!

**E: Pois mas... como é que está a reagir? Veio alguém dormir consigo?**

**ID7:** Não!

**E: O outro filho está cá, fazia-lhe companhia...**

**ID7:** Mas também... estava já quando ele faleceu, estava... mas se, mas se não estivesse também não vinha ninguém dormir comigo, fazer o quê? Fazer aí, aí, aí outra vez!

**E: Exatamente!**

**ID7:** Não valia a pena! Não valia a pena! É chorar! Eu choro muitas vezes no quarto e o meu filho nem dá fé!

**E: E alguém vem, teve algum apoio... já sei que vai ao psiquiatra, não é?**

**ID7:** Vou e ao psicólogo!

**E: Mas foi durante a doença do seu filho ou já foi depois de ter falecido?**

**ID7:** O psiquiatra já ando há muitos anos, diz que a minha depressão já não tem cura!

**E: Pois...**

**ID7:** Porque é assim, primeiro foi o meu pai, depois foi a minha mãe, depois foi três irmãos, depois foi o meu marido... quer dizer, tanta coisa junta que eu não...

**E: Não conseguiu...**

**ID7:** Não, não... pronto! E ele então disse que a minha depressão já é uma depressão crónica... portanto, eu já tomava, antes do meu marido estar doente, eu já tomava comprimidos! Já tomava aquele que é de manhã, que é de modo à gente andar assim mais bem-dispostos! Já tomava esse! Está para vinte e dois anos! Portanto, eu já sou filha do Conde Ferreira, mas eles agora queriam-me internar mas eu disse, "isso é que era doce! O senhor doutor o que é que me vai dar aqui para eu ficar? O que me vai dar aqui, *deia-me* [dê-me] que eu tomo em casa!" disse logo, "eu não fico!" E a minha filha, "eu assino por si", "assinas o quê? Assinas por mim! Eu assino, não estou tola para assinar por mim! Eu não fico!" Eu prefiro fechar a porta, deito-me aqui, se um dia passo melhor, outro dia passo pior e uma coisa que ele me animou, animou, animou o médico, foi ir para o centro de dia, e eu disse, "mas eu não vou!"

**E: Mas se calhar fazia-lhe bem, estava com... não sei... mas também não se isola aqui dentro ou isola-se?**

**ID7:** Eu, eu, quando me isolo aqui dentro, isolo! Quando estou assim com mais um bocadinho de espírito assim, estou melhor, há uma senhora aqui em baixo, a gente só chega aqui à curva e ela fica mesmo à beira da estrada. A mulherzinha anda com uma muleta! Ela para ir estender uma roupa, leva assim daquelas sacos grandes que agora se usam, e ela empurra *ca* [com a] muleta a roupa até à beira da corda e *apois* [depois], não sei lá como é que ela se segura, que ainda não a vi estender, mas se eu for por lá abaixo, se ela tem uma roupa eu *estendo-la* [estendo-lha] ou *apanho-la* [apanho-a], ou se ela tem ainda a cozinha que de momento não está arrumada eu arrumo-lhe a cozinha! Antes quero ir assim ajudar e ela também está muito só e eu fazer um bocadinho de companhia, do que ir para a beira dos outros velhos todos!

**E: Por isso é que não se deve fechar cá em casa, fechada trancada é que não pode ser!**

**ID7:** Não e o médico disse, "se você se tranca dentro de casa, tem de ficar aqui, quer queira quer não!" E eu, "também não é assim, *sotor* [senhor doutor]! Quer queira quer não queira não!" Isto...

**E: Olhe, e à igreja, vai muitas vezes à igreja?**

**ID7:** Vou, vou.

**E: Mas acha que vai mais agora nesta altura?**

**ID7:** Não, não! Tenho ido menos e vou-lhe dizer porquê! Porque eu ando muito mal e não tendo quem me leve e não me atrevo a ir daqui para Paços... Porque só aí esta reta! Eu que ando assim muito mal dos meus ossos, só que aquela reta, que eu vejo logo a igreja, eu... eu parece-me 10

476 Km! Sabe o que é que eu fiz no domingo para ir para a missa? Ia a sair de casa um primo, com  
477 uma bomba do caraças, um carro bom! E ele fez assim para eu passar. Pronto, eu passei! Se ele  
478 desse o pisca para Freamunde, deixa-te ir... ele deu o pisca para Paços, “ó primo, *péra* [espera] aí!  
479 *péra* [espera] aí! Esta reta para mim são 10 Km, leva-me!” Pronto, lá fui eu!  
480 **E: E ao cemitério, costuma ir mais agora também?**  
481 **ID7:** Não vou porque eles não me levam...  
482 **E: Também é longe?**  
483 **ID7:** Também é muito mais longe! Ui é! Então o cemitério...  
484 **E: Ainda é mais longe! Então só vai quando a podem levar, não é?**  
485 **ID7:** Quando o meu filho me leva, mas o normal é eu ter lá ido todos os oito dias! E *apois* [depois]  
486 começo a enfiar algum sobrinho, ou outro, ou outro, ou se vier alguém!  
487 **E: Alguém há-de estar!**  
488 **ID7:** Alguém há-de ter pena de mim porque sabe que eu vou lá e eu choro, choro, choro, mas...  
489 **E: Dá-lhe alívio?**  
490 **ID7:** Dá!  
491 **E: Fala com o seu filho, o seu marido...**  
492 **ID7:** Falo, falo, e eu aqui também ando sempre a falar! O outro meu filho começa assim, “ó mãe  
493 parece que estás a falar com coisões!” Eu ouço assim, noutro dia ouvi assim, “ó M., eu não sei do  
494 teu filho!” “Ele ainda está na cama!” E o meu filho diz que ouviu e que não era ninguém! Se não  
495 era ninguém não o ouvia, ouvi falar e, “olhe, ele ainda está na cama!” Pronto, pareço uma tonta  
496 barata a falar sozinha!  
497 **E: E vê muita televisão?**  
498 **ID7:** Não, agora enervo-me de ver televisão! Enervo-me! Olhe, só desgraças!  
499 **E: Pois é!**  
500 **ID7:** Olhe, sabe o que é que eu vejo na televisão? A missa das onze ao meio dia diretamente de  
501 Fátima e às 6 horas, das 6:30 às 7 o terço, também diretamente de Fátima, como vejo isso... o  
502 meu filho vem liga logo a televisão! É só a mãe que matou o pai ou matou o filho, ou queimou-o  
503 na banheira... eu sei lá! É só coisas que eu não, eu fico, ainda fico mais desanimada... é melhor não  
504 ver!  
505 **E: Pronto, isto está a correr muito bem, agora só preciso que me diga o que é que gosta mais de**  
506 **fazer neste momento? Mais de fazer... depois vou-lhe perguntar o que é que gosta menos de**  
507 **fazer...**  
508 **ID7:** É assim, é... fazer... a minha vida não alterou. Ou limpar a casa, ou limpo melhor ou limpo  
509 pior... se limpo pior numa semana, limpo melhor na outra...  
510 **E: Mas uma coisa assim que lhe dê prazer... assim, por exemplo, ir à horta ou...**  
511 **ID7:** Ir à horta, quando houve aqueles dias assim fresquinhos, ah! Foi tirar as ervinhas todas do  
512 meio...  
513 **E: Isso é uma coisa que lhe dá prazer?**  
514 **ID7:** Gosto. Cansa-me muito nas costas mas gosto! Se me disser assim, quer limpar uma casa ou  
515 quer ir para o quintal, eu então antes quero ir para o quintal do que limpar uma casa!  
516 **E: Também já sei que gosta muito de ir para o coro!**  
517 **ID7:** Sim, sim, sim! E é tudo decorado que eu não sei ler!  
518 **E: Mas é todas as semanas que vai lá cantar na missa, não é?**  
519 **ID7:** Vamos todas as quartas feiras aos ensaios.  
520 **E: Nunca deixou de ir?**  
521 **ID7:** Deixei. Olhe, deixei desde que o meu filho adormeceu! A primeira vez que eu fui aos ensaios  
522 foi na quarta-feira passada.  
523 **E: Agora é que está a recomeçar...**

**ID7:** Tenho uma prima que ela vem-me aqui buscar... tenho uma prima que aquilo... quem dera a muitos ter uma irmã assim! Ela faz uma comida melhor! “Olha, arranja comida para o teu filho e eu vou-te aí buscar e tu vens aqui comer!” E depois já fico lá em casa dela um bocado, ajuda-me muito, muito, tira-me assim...

**E: É uma pessoa alegre, bem-disposta?**

**ID7:** É, é, bem-disposta e muito minha amiga, muito minha amiga, muito, muito. Olhe que ela, ela, dessa vez eu ia ajudar a meter cebolo e esse meu filho, este meu filho que Deus Nosso Senhor me levou, ele era uma pessoa realmente muito distante de mim mas a culpa não era dele, tinha de fazer o que a mulher mandasse senão ela mandava-lhe dois chapos! Que não foi... não lhe deu uma vez nem duas! Ah pois!

**E: Era ela que mandava, não era?**

**ID7:** Era ela que mandava mas... mas depois ficou tão agarrado a mim e eu a ele! Que eu ia ajudar por exemplo, a depenar frangos, que elas lá são três irmãs e por exemplo, mata-se 30 frangos de uma vez, são 10 para cada uma! E ele ia, sentava-se lá, ouvia as nossas *patchachadas* [conversas], que dizia uma e outra e outra e ele gostava e eu ia para ajudar a pôr o cebolo e ele ia também, ele depois agarrou-se a mim, para onde eu fosse ele também queria ir! Ai duma vez tive tanta pena! Ai aquele dia não me dá para esquecer... nós fomos à Lapinha, não sei se ouviu falar? É para lá de Lamego... a Senhora da Lapinha tem um penedo que se diz que quem não passar lá que não vai para o céu! Quem olhar para aquilo diz, “realmente eu com esta barriga como é que vou passar lá?” A gente diz que não passa, mas passa, o que é preciso é ganhar o jeito! Ai, ele queria ir, “ó mãe, eu também vou!” eu disse, “ó filho, tu andas a fazer *químio* [quimioterapia] e aquilo é tão longe! Tu imaginas se te acontece alguma coisa de modo de chegar ao IPO, o tempo que não leva, meu filho!” “Ó mãe, não vai- me acontecer nada! Ó mãe...” e ele foi fazer a *químio* [quimioterapia], que eu é que ia sempre com ele, e depois este meu filho que está agora aqui, passava por casa dele e trazia-o. Quando eram sete menos um quarto ele já estava aqui, da manhã! E depois, quando ele fosse embora, às 7 ou 8, é que o levava, ele já tinha jantado e tudo! Ele passava o dia comigo, portanto a gente ficou muito agarrado um com o outro! Aquilo foi a substituir o tempo todo que ele andou mais retirado!

**E: É normal, a gente tem filhos e prepara-se para eles saírem de casa, que é o papel...**

**ID7:** Exatamente, mas podia ser mais acessível! Se a mulher quisesse... se a mulher... também arranjou aquela faísca a mandar nele! É cinco tostões de mulher, aquilo é cinco tostões da gente e ele era forte e não tinha assim uma pedalada de lhe mandar assim uns *tchapos* [estaladas] se ela precisasse! Porque é assim, não se pode bater nas mulheres, mas as mulheres podem bater nos homens?

**E: É, porque ninguém acredita que uma mulher pode bater num homem...**

**ID7:** Pois, ninguém acredita, mas foi por isso que eu os mandei sair daqui! Que eles, depois de passados 3 anos, 3 anos de eu estar sozinha, porque o meu homem tinha morrido, ela ligou-me, se a minha palavra estava de pé. Eu disse, eu não sei que palavra está de pé se está deitada, já não me lembro que palavra era, ora 3 anos passados... “ah, que eu estou de bebé como você sabe dona, olhe, se você me deixasse ir para aí morar...” e eu como já estava cheia de estar só, estou como ao outro, só que nem os cães querem estar, vou experimentar, “está bem, está bem!” Pronto, ela lá veio para aqui. Ele trabalhava nesta fábrica, aqui mesmo em frente, só atravessa aqui a estrada, ele trabalhava aqui. Vieram para aqui morar. Meu amigo! Eu no meu quarto daqui e o dele ali no fundo, eu mais do que uma vez, ela pimba e ele, “ó B já chega!” Se ele viesse um bocadito animado, um bocadito, porque se ele, se ele se punha a pé mandava-lhe quatro estalos bem dados... mas eu, um dia, sempre me passei dos carros e levantei-me e cheguei ali ao quarto e era ela, pumba, pumba, “ó B!” Ele a cobrir a cabeça, “já chega B, já chega B!” Eu disse, ah, e o menino, que ele tinha o filho no outro quarto, eu disse, “olhe, que seja a ultima vez que você

esteja a fazer o que está a fazer, por você sai por essa janela fora e só para debaixo da varanda do Barreto!” que é aqui esta parte que tem uma varanda, “você só para debaixo da varanda do Barreto e o menino e o meu filho fica aqui!” E depois ao outro dia ele foi trabalhar e chegou a casa e era assim, “dói-me aqui os ombros... dói-me aqui os ombros...”, “tu não sabes porque é que te dói os ombros?” Eu estava a chorar aqui no sofá quando ele chegou, que ele chegava muito à frente da mulher, “você que está a chorar, mãe?” “Eu não sei, meu filho, porque é que estou a chorar”, ele então começa-se a queixar dos ombros e eu disse, “olha sabes, é que os ombros que te dói, foi o que a tua mulher ontem te bateu!” “Ó mãe, ela bateu-me?” “Pois tu vieste um bocadinho animado, estás a ver que nem te lembras? Tu eras só, já chega B, já chega B, e ela ia-te chegando!” E eu, “não, meu filho, arranja casa! Não é preciso sair a correr porque não se arranja uma casa...” naquela maré não se arranjava casa, agora não faltam mas não se arranjava, “arranja uma casinha! Porque eu queria experimentar viver acompanhada mas eu sempre ouvi dizer que é melhor viver sozinho que mal acompanhado!” e tirei a prova que era! O que mais me custou de tudo, ele sair daqui, foi o menino...

**E: Pois...**

**ID7:** O menino é que eu tive muita pena, mas pronto, mas teve que ser assim porque, é assim, aquela mulher não dá, não dá... é que ela é horrível e depois, ela mesmo no hospital... ela mesmo no hospital, quando ela... ele era assim, “senhor doutor, deixe-me ir esta semana passar o fim-de-semana” e ele disse, “o senhor quer ir?” “Quero senhor doutor! Ui! Se eu fosse, eu era o homem mais feliz do mundo!” Porque ele já tinha dito a ela e a mim que não queria morrer no hospital, queria morrer em casa, e ele estava a sentir a morte a chegar... ai meu rico filho! Se eu não estava por perto dele, bem ele morria no hospital! Ela foi falar com o médico e o médico disse, “eu já disse ao seu marido que lhe dava o fim-de-semana” e ela assim, “ó senhor doutor, mas o meu marido está cada vez mais mal, eu não o levo! O meu marido assim eu não o levo!” E o médico diz-lhe assim, “olhe...” e ela virou-se para o médico, “o senhor doutor tem de chegar à beira dele e dizer, o senhor não vai porque não está em condições de ir!” Diz ele, “não que eu não vou mentir! Ele sente-se em condições de ir! Está no final, como a senhora sabe, e eu ir à beira dele para mentir, não vou! Olhe, até hoje passo em falso a visita do médico! Você quer-o levar, leva-o, não quer levar, não leva!” “Ai então não levo!” Ai, quando ela me chega ao quarto, que aquilo não é enfermaria, está só um doente, e me diz “ai já disse, já disse dona! Ai comigo é assim, já disse e ele não vai!”

**E: Á frente dele?**

**ID7:** Á frente dele! Porque ele era assim, com os olhinhos fechados, ele estava a ouvir tudo mas já não lhe respondia... e eu fiquei... apetecia-me esganá-la! Sabe que eu estou, a minha revolta maior do meu filho foi o que eu sofri com aquela mulher! Acredite, eu não estou revoltada pelo Senhor ter levado o meu filho porque nós sabemos que todos nós vamos...

**E: Exatamente...**

**ID7:** E se eu cheguei a um ponto que vi o meu filho tão mal, tão mal e a sofrer tanto, que eu só pedi... olhe, para contar o resto, eu disse-lhe assim, “olhe B, então sempre não vai levar o meu filho?” “Não, não vou dona! Olhe vá comer alguma coisa que depois quando você vier vou eu!” Quando ela diz aquilo, vou porta fora, eu assim, “não, deixa-me ir ver onde ele se encontra, o médico”, o médico que foi o que o meteu lá e que esteve sempre dentro do, aquele era o médico daquela fase e eu fui falar com o outro, mas eu ia... a minha cabeça ia tão apanhada, tão apanhada, que eu ia a passar pelo médico e ele dava, costuma-se a dizer, uma cabeçada sem o ver! Ele disse, “oh! Você vai duma maneira que nem me conhece!” Eu assim, “ai senhor doutor, eu não o conheço e eu venho atrás do senhor doutor...” diz ele assim, “mas então, o que é que se passa?” “ó senhor doutor, já chorei tanto... ai senhor doutor, que o meu filho quer ir embora e a minha nora não o leva...” “porquê?” “Porque não quer que ele morra em casa...” “Porquê?” “Tem

um menino pequenino...” “Quantos anos é que ele tem?” “Vai fazer 14 anos...” e ele, “ih, que pequenino!” O doutor “ih, que pequenino!” E eu disse, “ai senhor doutor, ai que eu dava não sei quanto para o meu filhinho ir, ele diz que era o homem mais feliz se fosse passar o fim-de-semana a casa!” Que ele estava a sentir, ele sentiu a morte mesmo! E ele disse assim, “você já comeu?” E eu disse assim, “não, senhor doutor!” “Então eu vou almoçar e você vai almoçar também e depois vá ter ao quarto que eu daqui a bocado apareço lá!” E eu assim, “ó *sotor* [senhor doutor] ...” e ele, “fique descansada que eu já estou a ver tudo, já estou a ver tudo!” Chegou lá, quando ele lá chegou, “ó senhor L, ó senhor L!” Mas o senhor L. com os olhinhos fechados não disse nada... só quando ele disse assim, é incrível como é que o meu filho estava a ouvir tudo, quando ele disse assim, “ó senhor L, você não quer ir passar o fim-de-semana a casa?” E ele, sabe o que é um morto que ressuscitou? Ele ficou assim, “ui!” mas ele fazia mesmo assim, “ui! Eu era o homem mais feliz do mundo se eu fosse passar o fim-de-semana a casa!” Diz ele, “e então porque não?” E ela, “ó senhor doutor, eu assim o meu marido, não levo! Assim mal!” “Ora não leva o seu marido assim mal, porquê?” E diz ela assim, “ai porque eu não quero que ele morra em casa!” Olhe apetecia-me, ela bem sabia que ele estava a ouvir! Apeteceu-me logo dar-lhe uma *tchapada* [estalada] na cara! Apeteceu-me tanta vez bater-lhe! Mas eu é que perdia a razão, porque depois diziam assim, “olha, o *hominho* [homenzinho] tão mal e vem a sogra foi bater na nora!” Diziam que eu que estava tola! Portanto eu fui-me segurando e o médico disse assim, mas o meu filho quando ele reagiu assim, “ui! Eu era o homem mais feliz do mundo!” E olhou para ele e assim, “ó senhor doutor...” eu parece que estou a ver o meu filho assim, ai meu Deus! “Ó senhor doutor, quanto é que lhe devo?” “De quê, senhor L? Você nem sabe quem está a falar consigo!” O médico a ver se ele... ele abriu os olhos bem, olhou para ele, “estou a falar com o senhor doutor M!” E diz ele, “ah, muito bem!” “Então tenho que lhe pagar!” “Eu não estou a dar consulta nenhuma!” E diz ele assim, “está tudo pago, você não me deve nada!” “Obrigadinha *sotor* [senhor doutor], obrigadinho!” E tornou a ficar com os olhinhos outra vez fechados. E ele virou-se para a mulher e disse assim, “então a senhora não leva o seu marido?” “Não senhor doutor!” “Olhe! Só lhe vou dizer uma coisa, que lhe tenho a dizer como médico, muito humano, muito humano e que gosto de fazer as vontades aos doentes até ao último momento, o seu marido acabou de dizer que era o homem mais feliz do mundo se fosse passar o fim-de-semana a casa. Você, se quer fazer um luto de...” como é que ele pôs a expressão... “tranquilo, sem remorsos, você pega no seu marido e leva-o embora! Se você quiser fazer um luto pesado, um luto de dizer assim, ó se eu o tinha trazido, mas agora já não há tempo!”

#### **E: Sem culpas...**

**ID7:** Ele falou logo ali duma maneira! Tem um dom aquele médico! Tem mesmo assim um dom! Parece... olhe não sei, não sei explicar... parece que ele tem algo a mais do que médico! Mesmo um dom da palavra, um dom, um dom humilde, aquele dom, parece aquela palavra que parece sai da boca de um santo, não sei se me estou a fazer compreender.

#### **E: Sim, perfeitamente!**

**ID7:** Ai ela então, “ai senhor doutor, então se é assim levo-o!” Ai quando ela me disse aquilo, ai Senhor! Ele, “pronto, então se leva, vou falar com o meu colega para ele ajeitar as coisas, a medicação e tal, de modo de ele à tarde ir embora!” Pronto, o médico apareceu imediatamente logo lá, o médico que tinha dito que já não aparecia, apareceu lá com aquela cara de riso, olhou para mim com aquela cara de sorriso assim, “ó senhor L, então você sempre vai passar o fim-de-semana a casa?” Ele tornou a abrir os olhos e disse assim, “vou senhor doutor! Ui, eu sou o homem mais feliz do mundo!” Mas ela não quebrava se não fosse vir o outro! Ela não o ia levar! E depois eu, quando fui à casa de banho, eu não sei como é que ela o convenceu! Não sei, não sei explicar, que eu quando entrei ela disse assim, “ó L!” Coitadinho, ele já nem abria os olhos, “ó L, está aqui a tua mãe!” “Oh, não me chateies B! Fala tu...” e eu disse, “fala tu? Mas o que é que se

passa?” “Ó L, tu já sabes, não falo eu porque se falar eu a tua mãe diz já que são coisas minhas!” E eu disse assim, “mas você pode falar à vontade, que já tudo o que venha de si, já nada me surpreende!” Foi assim, tal e qual! Foi assim! Às vezes... “falai à vontade!” E ela era, “fala L, fala!” A ver o homem tão mal e a massacrá-lo! E ele, “ó B tem pena de mim, fala tu...” e eu assim, “ó mulher! Fale de uma vez porra! Seja o que for! Para me matar não é com certeza, que eu não deixo! Diga lá, o que é que se passa?” “Pronto dona, é só para lhe dizer, ele vai embora, você ouviu, já dei a palavra está dita mas, você pode ir visitá-lo mas a partir das 4 horas da tarde! A partir das 4 horas da tarde e visita de médico! Entrar por uma porta e sair por outra!” Eu apetecia-me tanto dar-lhe tanta *tchapada* [estalada], mas eu sabia que o meu filho estava ali pertinho! Eu assim, “Senhor tem pena de mim!” Liguei aos bombeiros e ela vai, “vou gastar um ror de dinheiro para o levar e para na segunda-feira estar aqui outra vez!” Eu disse, “minha grande burra!” Ela não via que ele ia morrer naquele fim-de-semana! Era de quem está mesmo tapada e não tem acompanhado de início! Se ela tinha acompanhado de início, ela via melhor. Eu disse, “minha lorpa! Veio uma ambulância busca-lo, mas traze-lo para aqui já não vai vir!” Mas eu pedi mesmo a Deus para que ele não voltasse para lá, porque ele era só para estar, era só para sofrer, eles davam tudo e mais alguma coisa, tudo quanto era de morfina ele já não tinha mais morfina! Ele sofreu... ele bebia litros, litros de água, mas a água saía logo por um saquinho, por um saquinho, porque ele...

**E: Tiraram-lhe os intestinos, não foi?**

**ID7:** Foi, mas *apois* [depois] ele criou outro muito grande em que eles não puderam mexer mais e o intestino não trabalhou mais, por isso é que ele esteve 3 meses, os médicos ficaram admirados, passou 3 meses que ele esteve sem comer e sem o intestino funcionar! Ele teve uma luta contra a morte... mas foi uma luta que o meu filho teve! E ele... e ele às vezes fazia assim, umas coisas assim aos olhos, que ele tem uns olhos muito bonitos, uns olhos azuis bonitos e ele dizia assim, “ó mãe, sabe o que é que a enfermeira me disse? Que eu tenho uns olhos tão bonitos, ai jovem, jovem, tens uns olhos tão bonitos, é uma pena para ir para onde eles vão!” E eu disse assim, “ó, a enfermeira está tola!” Eu já não sabia o que é que havia de dizer e depois diz ele assim, ele de repente fazia assim não sei como aos olhos, e eu disse “ó L, é quando os teus olhos ficam assim maiores, os teus olhos são bonitos, mas quando ficam assim maiores, ainda são mais bonitos!” E ele dizia assim, “é a morte mãe, é a morte que me vem buscar! Mas eu fujo sempre, eu fujo sempre que eu não quero!” Portanto ele lutou contra a morte, ele não se entregou!

**E: Sim, ele apercebeu-se perfeitamente...**

**ID7:** Ele não se entregou! Ai Jesus! Olhe que ele teve um sonho, que eu não sei se foi um sonho se foi verdade, porque aquilo que ele nos contou do sonho, nós estávamos à beira e ele estava num delírio muito grande, muito agitado, muito... eram os braços, era a cara, eram as pernas... e nós estávamos mesmo assim à beira dele e ele meteu uma perna, uma perna dele ficou assim em cima do meu ombro e outra perna ficou em cima da mulher e eu comecei assim, “ó meu filhinho, ó meu filhinho!” E eu a esfregar-lhe assim a perninha, pensei que até fosse assim aquelas caimbras que dá à gente! E eu a esfregar-lhe a perninha, “puxe, puxe com muita força!” mas ele assim muito alto e ela fazia assim e ele era assim, “e puxando, puxando!” mas não dizia nem o meu nome nem o dela! Quando ele passado, porque ele aí não dizia o meu nome nem o dela porque não sabia, ele não tinha acordado que estava no hospital, que ele esteve lá uns 4 dias que ele não sabia aonde é que estava, quando deu conta aonde é que estava, ele assim, “como é que eu vim aqui parar?” E a mulher disse assim, “sabes aonde é que estás?” “Sei, estou no hospital! Quem é que me trouxe para aqui?” “Foi a ambulância!” “E também trouxe a minha mãe?” E ela, “não, a tua mãe veio na camioneta, como ó costume!” “Ah, está bem. Olhe, *sabeides* [sabem] uma coisa? Eu já morri!” E eu assim, “tu morrestes, meu filho?” “Morri minha mãe! Eu vou-lhe contar. Olhe, eles puxavam e vinha uma mulher e dizia, anda, anda...” mas ele mesmo a fazer o

gesto que ele fazia com as mãos, o coisa... ele, “anda, anda, está na tua hora! E eu, não! Não! Não! E depois eu pedia aos outros, puxai, puxai, tirai-me daqui!” O tirai-me daqui estava a dar certinho...

**E: Quando vocês estavam com as mãos nas pernas...**

**ID7:** Quando nós estávamos com as mãos nas pernas... ai meu rico filho, lutou muito! Para onde ele foi para aquele sítio, a enfermeira perguntou, “o senhor sabe, você é muito jovem mas você sabe que vem para aqui, sabe porquê?” “Sei, é para morrer... eu sei que eu vou morrer mas olhe, vocês prolonguem-me a vida o mais possível, que eu tenho dois filhos e tenho tanta pena de deixar os meus filhinhos!” Por isso está a ver, ele sabia! Não foi enganado em nada, nada, mas depois perguntou à mulher, “estou preocupado, não sei para que campa é que vou...” mas isso já não ouvi, já foi ela a dizer-me a mim, mas à beira dele, eu disse, “ó B, menos!” Para não estar a dizer aquelas coisas à beira dele! “Ó dona, ele já sabe que vai morrer, ele até já me perguntou para que campa é que vai!” Ela estava sentada e eu disse isto tal e qual, contado ao psiquiatra, ela estava sentada faz de conta, isto é o peitoril da janela, o peitoril da janela era largo, depois para baixo tinha... ela estava assim, porque ela é *miudica* [miudinha], *miudica* [miudinha], pequenita, e ela estava parecia uma chinesinha, assim... e eu sentada numa cadeira ao pé do meu filho e ela a contar aquilo tudo... e eu assim, “ó B, menos B, menos!” “Ele sabe tudo!” Ela contou aquilo *p’rai* [para aí] umas 4 ou 5 vezes naquela tarde e eu disse, “meu Deus, meu Deus, tu que me abandonastes...” e ele respondeu, “ó B, é preciso estar sempre a bater no ceguinho? Sempre, sempre, sempre!” Ele, como quem diz, ele não negou o que não disse e, “que me pediu perdão de tudo, coisas que não lhe calharam na vida, que teve assim uns trambolhões, que me pediu perdão e eu digo-lhe dona, eu perdoei entre aspas!” E eu... eu não sei ler, mas perdoar entre aspas não é perdoar! É assim, eu perdoei do fundo do coração! Aquilo que eu fiz a ele e ele a mim! Aí está bem! Agora, entre aspas! Ai, eu dizia-te o entre aspas... eu apetecia-me dar-lhe uma *tchapada* [estalada] que ela caísse assim...

**E: Do peitoril abaixo...**

**ID7:** Do peitoril abaixo! Entrava assim pela janela, que a janela era grande! Pás! Eu disse mesmo ao psiquiatra, “eu estou revoltada, não foi por Deus levar o meu filho, porque são essas doenças que aparecem! Pronto estou triste, estou muito, muito, muito triste pela morte, mas estou revoltada pelo aquilo que aturei com ela!” E ele assim, “mas você tem de fazer de conta que ela que foi, olhe que ela que foi com o seu filho, morreu, desapareceu!”

**E: Mais vale, senão...**

**ID7:** E eu disse assim, “mas eu não consigo, porque eu começo a falar e vem-me logo aquelas coisas logo à ideia!” Eu até disse ao doutor, “ó *sotor* [senhor doutor], se tiver algum risco que me possa limpar a cabeça toda, varre-se isto tudo cá para fora!” “Mas não existe, tem que ser por si! Você tem que ajudar, eu já não lhe posso dar mais nenhuma medicação, mais forte que esta medicação, que esta medicação já é muito forte! Tem que ser você a ajudar-se!” E eu, “então olhe, *’tá* [está] ruim! *’tá* [está] ruim porque eu lembro-me do meu filho, lembro-me logo dela!” Eu vi-a duas vezes, há três meses, fez ontem... vi-a uma vez, lá calhou de a minha filha chegar aqui e dizer assim, “quer ir lá a Figueiró mãe?” E eu disse, “quero!” E fomos e encontramos a ela lá naquela maré e a ex-nora, ainda mais outra! E mais a minha neta! Que ela tenho que dizer que é neta, porque é neta! Que é que ela faz? Eu não tinha dado conta que vinha mais gente com ela, “boa tarde!” E eu “boa tarde!” Foi a ex-nora que deu boa tarde. A cabrita de minha nora... da minha neta, cumprimentou-me como a minha nora me cumprimentou e depois... a minha nora, pronto, a B, mas a minha neta se havia de estar de lado porque eu se havia de ver a minha ex-nora, tinha de fazer assim e eu não estava interessada e não fazia, não, passou-se fazendo de conta, eu estou aqui e ela passou-se onde a senhora está, sem me dizer uma palavra, assim a olhar para o chão! Apetecia-me dar-lhe uma *tchapada* [estalada], digo de verdade, porque ela, ela



764 é mesmo cabrita! Também ela já bateu na mãe *p'raí* [para aí] 4 ou 5 vezes e digo, havia de bater  
765 todos os dias, sabe porquê? Porque ela uma vez tinha a menina pequenina, essa, pequenina, *p'raí*  
766 [para aí] com 3, 4 anos e chegou a casa da minha filha que era a madrinha da menina e disse  
767 assim, “olha sabes uma coisa, hoje a minha irmã com a minha mãe, andavam ta, ta, ta, ta eu  
768 pus uma para cada lado, mandei quatro *tchapos* [estaladas] a uma, quatro *tchapos* [estaladas] a  
769 outra...” E eu disse assim, “você bateu na sua mãe?” “Ai! Foi como um tirinho!” Então olhe, olhe  
770 para a que está a seu lado com 3 aninhos quase 4, que ela vai-lhe fazer igual!” Certinho! Mas  
771 pisou-a bem, bem feito! Diz que lhe havia de bater todos os dias!  
772 **E: Olhe e o que é que gosta menos de fazer? Depois de perder o seu filho, o que é que gosta**  
773 **menos de fazer?**  
774 **ID7:** Limpar a casa!  
775 **E: De vir para casa?**  
776 **ID7:** De limpar... limpar a casa! Não gosto nada, mas como não tenho criada tenho de limpar, não  
777 é?  
778 **E: Pois, exatamente!**  
779 **ID7:** Ir à igreja gosto muito, muito! Não vou muitas vezes porque agora os meus ossos não...  
780 **E: Mas está em pensamento...**

**Duração:** 54 minutos

**Local:** domicílio

**Elementos presentes:** entrevistadora (E); participante no estudo nº8 (ID8);

1 E: Sente-se neste momento em luto?

2 ID8: Hum?

3 E: Se se sente neste momento em luto?

4 ID8: Sinto luto?

5 E: Sim, pela perda da sua filha.

6 ID8: O luto pela minha filha falecida... os meus filhos disseram-me e o meu marido, se eu não  
7 tirasse a roupa que ma queimavam, eu tirei, deixei de usar... agora, depois que ele (*o marido*)  
8 morreu eu dei tudo o que tinha cá!

9 E: Mas ainda se sente triste, ainda pensa muito nela?

10 ID8: Isso nunca esquece! Não há dia nenhum que não me venha à cabeça... e eu sei que ela era  
11 tão querida para mim! Tão santa! Uma filha santa... não vê como ela está tão jeitosinha ali ao pé  
12 do pai e da mãe! (mostra fotografias) ... tenho aqui muitas coisas...

13 E: Pois as fotografias, já estivemos a ver... Olhe e pode-me falar de como é que era a sua vida  
14 antes de a sua filha falecer?

15 ID8: Olhe, estão ali as meninas e está a ver toda a gente a tentar animar-me! Eu ia dando em  
16 tolinha mas tanto medicamento me deram e as minhas amigas todas, as amigas todas a  
17 ajudarem-me... (continua a mostrar as fotografias) (...) a gente... eu fiquei muito coisa e elas  
18 tantas coisas me diziam, tantas coisas, “que você tem de tornar ao mesmo porque você foi  
19 sempre tão alegre! Todos morremos, todos assim, todos assado...” Eu por isso agora faço o  
20 mesmo às pessoas!

21 E: Exatamente.

22 ID8: Quando você estiver triste, reza-lhe pela alma que elas ficam contentes! Porque se a alminha  
23 está bem e estiver a gente tristes diz que tristes ficam! Eu acho que sim, portanto, a gente pede a  
24 Deus *corage* [coragem] que é Deus que dá *corage* [coragem] à gente! Por isso, eu sou amiga de  
25 Deus e Deus é meu amigo e se Deus não morre, tenho sempre Deus comigo! É por isso que eu  
26 digo, com Deus me deito, com Deus me *alevanto* [levanto], na graça de Deus, divino espírito  
27 Santo e a Nossa Senhora me cubra com o seu divino manto, que é Pai, Filho e Espírito Santo. Olha  
28 cá está o meu marido (mostra a fotografia)!

29 E: A senhora é muito católica?

30 ID8: Sou graças a Deus! Porque ele... foi quando ele andou também perdido no mar, prometeu de  
31 vir e ir pagar a promessa conforme lá andava e *ópois* [depois] é que tirou a barba e tudo! Só tirou  
32 depois de pagar a promessa!

33 E: Ah foi?

34 ID8: Foi!

35 E: Deixou a barba crescer enquanto andou por lá perdido, pois eu aí já vi que ele não tinha barba!

36 ID8: Ele não tinha barba, não! Era sempre assim risonho!

37 E: Como é que era a sua vida? Conheceu o seu marido cá... na Gafanha, eram os dois daqui?

38 ID8: Era, ele ia para o mar e eu *ópois* [depois] ficava sozinha a trabalhar nas terras como uma  
39 tolinha, e andar fora, umas *prás* [para as] outras e com os meninos ao colo... ia para a Vagueira, ia  
40 para onde calhava, para onde me falavam, tudo!

41 E: Quantos filhos teve?

42 ID8: Porque a minha sogra, (...) e eles eram todos muito meus amigos, a minha sogra até era  
43 parteira!

44 E: Então conhecia muita gente?

**ID8:** Eu às vezes até cantava, eles até já estavam acostumados a mim que ela disse assim, “estas amarguinhas são tão lindas!” E eu disse assim, “são!” Ela começou assim a rir-se e eu fui assim, “minha sogra tem mau gosto, minha sogra tem mau gosto, gosta da cor amarela, olha ó moça gosta da cor amarela, ela não gosta de mim, gosto eu do filho dela!” (cantado). Primeiro casei-me e fiquei na casa deles, tive filhos, fui para uma casinha de renda, depois comprei aqui este bocado de terra e depois fiz um barraquinho de madeira e do barraquinho de madeira *ópois* [depois] fiz casa. E assim fui sempre fazendo, a trabalhar muito e a comprar terrinhas... passei muita fominha, não tenho vergonha de dizer, mas nunca roubei! Nem enganei, que eu não quero!

**E:** Olhe, a senhora quantos filhos tem?

**ID8:** Tenho quatro filhos, quatro filhos... tinha, não tenho... tenho só três! Tive quatro, tinha filhos e uma filha (...) tudo ia aos dois nomes! E era assim!

**E:** Foi uma vida de muito trabalho, não foi? O seu marido ia muitas vezes para o mar?

**ID8:** Ia para o mar, andava lá meses e meses e quando andava na Alemanha e tudo...

**E:** Então foi a senhora que criou os filhos?

**ID8:** *Atão* [então]! Quando eu ia para a Vagueira, ainda eles eram pequeninos, queriam que eu fosse e eu, na hora de comer é que eu tinha de tirar a fraldita e às vezes lavar lá na *áuga* [água] e a *botar* [colocar] enxugar e dar-lhe o comer e não comia... Vinha a senhora e dizia assim, “ó senhora, você vai comer que eu já vi o feitio que não comeu! Pega num bocadinho com alguma coisa dentro que você trás, ou não sei, o aventalinho e *bota* [coloca] no bolso e vai então trabalhar!” “Agora é a hora do trabalho!” Quem manda sou eu! Eu é que sou a dona e eu também faço muitas vezes o mesmo!” Eram todos muito meus amigos mulher! E eu sempre a *mangar* [gozar] e a rir!

**E:** Pois, por isso é que eram todos muitos amigos, era bem-disposta! (...) A senhora sempre viveu aqui e trabalhou aqui?

**ID8:** Pois, não é? Ainda andei naquilo... ai, como é que se diz, nas secas, em Alcochete!

**E:** Ah, nas secas do bacalhau, sim! Alcochete?

**ID8:** Em Alcochete, andei lá seis anos!

**E:** Mas já casada ou antes de casar?

**ID8:** Solteira! Andei lá seis anos porque era gente que ia daqui vizinhas para lá e tudo e eu só andava com as pessoas conhecidas, que eu não quero dar confiança, não queria dar confiança a ninguém, que tinha medo! Quando ia aviar-me à vila ia sempre aqui com uma vizinha que ia mais o marido, a vizinha e o marido e das lá do norte e também era e *apois* [depois] também na seca do bacalhau, ainda dei uma cacetada no patrão!

**E:** Foi?

**ID8:** Ai, uma cacetada que ia matando o homem! Eu era muito macaca! Íamos a pé aquilo tudo para lá e para cá, porque ele disse-me assim, “tu és uma janica, tu és uma mulher trabalhadeira e és muito reinadia! Tu é que vais guardar o meu bacalhau!” E eu assim, “eu patrão, eu não vou não, que podem vir roubar o bacalhau e depois o patrão manda-me embora e ainda me mandam prender! Ou prender ou ir embora, nunca mais venho!” “Não, não! Só tu é que vais guardar o bacalhau que eu sei que estou descansado, tu a guardares o meu bacalhauzinho!” “Não vou patrão, não vou!” “Vais e vais mesmo! E és tu que vais e continuas agora a ir!” Agarrou, foi buscar um pau, um bocado assim um coiso de madeira, assim um bocado, uma ripazita e o homem foi assim, “toma lá! Se tu vês alguém a tirar, a roubar-te o bacalhau, tu casca-lhe pela cabeça abaixo!” Que é que ele fez? Foi vestir a roupa de outro (...) e foi para lá! Ele vestiu aquilo e eu vi aquilo a roubar-me, mas eu não sabia que era ele, mais dos jeitos com a roupa que ele trazia... eu fui pimba e ele, “ai!” E eu, “ai patrão, ai, ai, ai!” e ele começou assim, “é filha, não chores filha! Estou todo contente, sei que tenho o meu bacalhau bem guardadinho!” E eu cheguei a casa e vinha sempre a cantar mais elas, algumas que eram solteironas e assim, vinham a cantar e eu

vinha também e eu naquele dia cheguei a casa a chorar e diz assim a minha mãe que Deus tem, “é filha, tu vens sempre a cantar, vens sempre contente e agora hoje vens tão triste, a chorar, o que é que aconteceu? Aconteceu alguma coisa?” Porque às vezes vem um a meter-se com a gente na estrada e eu levava um pauzito e cascava-lhe!

**E:** Pois!

**ID8:** *Num* [não] queria cá confiança! Havia deles que eram... sabe... eu casei-me também já ia fazer vinte cinco anos! Casei no dia vinte de janeiro e fazia os vinte cinco anos no dia cinco de maio! E quer se dizer que eu contei á minha mãe o que aconteceu e ela disse-me assim, “é filha, diz ao patrão, que ele que adivinhou! Tu nascestes mesmo de sete meses!” Cheguei lá ao outro dia, aquilo era uma risada! Eu fazia que estava assim naquelas, como é que se chama... platex?

**E:** Deve ser aquelas coisas onde se punha o bacalhau, não é?

**ID8:** Sim, não, mas... tinha aquelas coisas de madeira (...) paletes! *Botava* [colocava] aquilo e fazia os cantinhos muito direitinhos, muito direitinhos e *ópois* [depois] eles tinham que fazer como eu! E eles também diziam, “tem de fazer como a M!” Era uma risada, olhe e a gente... tudo acaba! Tudo acaba! E acolá também já não queriam mais que eu saísse de lá, mas eu disse, “não, que eu quero ir para ao pé da minha mãe! Já não quero mais! Fico aqui perto!” Tinha medo às vezes assim, mas era tudo gente... estava ali uma senhora em Aveiro, chamavam-na... agora esquece-me o nome, tomava conta das crianças e *ópois* [depois] a gente, quando não tinha que fazer, quando *tava* [estava] assim na hora fora do serviço, o patrão tinha uma menina que era deficiente, tinha assim a carinha como são todas parecidas e eu fazia de conta que ela era minha irmã, brincava com a menina, eles todos contentes e *ópois* [depois] ia para lá para a creche, ia fazer um picô à roupinha das crianças e aquilo era sempre uma festa, uma alegria! Agora é que é uma tristeza! Agora é outro mundo! Por isso, já passei muitas e ainda aqui estou e dou graças a Deus! (...) Por isso se a senhora anda triste, é assim, quando a senhora anda triste o amor não insiste!

**E:** Pois não!

**ID8:** E a gente quer o amor ao menos de Deus para nos dar *corage* [coragem] e fé, que estejam bem e rezar pela alminha de Deus, todos os dias, como eu faço! Olhe, às seis horas, seis e meia, ouço o tercinho!

**E:** Todos os dias?

**ID8:** No rádio. À sexta... ao domingo... não, ao sábado e ao domingo não, não há. Ao domingo não vou à missinha que não posso, mas...

**E:** Vê na televisão?

**ID8:** Tenho a televisão, é das dez às onze horas e das onze ao meio dia. Por isso, vem aqui quando vem... Este ano, como parti o braço, em março vieram cá andar a bater à esmola da igreja e não abri a porta porque não pude, por causa de não fazer assim mais limpeza... chamei-os ali, vieram ali, estiveram ali, deram-me à mesma o Senhor a beijar, dei-lhes vinte eurinhos, ficaram todos contentes! Eu não quero saber o que o povo diz, porque há muita gente que *aquase* [quase] nem abre as portas a poder! Porque eu sempre abri, mas como aquilo me aconteceu eu mostrei-lhes, trazia o gesso, eles viram!

**E:** Mas tem de ter cuidado a quem abre a porta, porque a senhora vive aqui sozinha, não é?

**ID8:** É! Não, pois mas aqueles, aqueles... a menina é de Ílhavo e é muito amiga, vem aqui, come aqui, vê tem ali as coisinhas dela para levar *ópois* [depois] agora quando vier? Ela vem... eram quase duas horas quando ela pode vir. A mãe dela telefona sempre, também está muito doentinha e tudo (...)

**E:** A senhora tem muitos amigos, não é?

**ID8:** Ai, graças ao Senhor!

**E:** E família assim chegada, irmãs...

141 **ID8:** Tenho aqui uma irmã encostada... não presta para nada!

142 **E:** Não?

143 **ID8:** Nem quero confiança nenhuma, nem quero nada! Ela sempre assim foi! Tem um filho  
144 doentinho, eu é que vou lá sempre a casa dele, sempre visitá-lo e assim, mas às vezes o meu  
145 irmão deixa-me aqui cigarros, agora já não tenho, terminaram, findaram! Quando vem o meu  
146 filho, deixa-me aqui cigarros e eu dou-lhe, às vezes dou-lhe um eurinho, vai beber um cafezinho,  
147 coiso... a gente tem que animar os doentinhos! Uma vez disse que queria casar com ele e ela foi  
148 dizer há minha nora, quando ela veio e a minha nora até ficou toda, “*atão* [então] você disse-lhe  
149 uma coisa dessas?” “Ó mulher, para animar o rapaz!” E o meu homem assim, “É mulher, tu diz  
150 que vais casar com o teu sobrinho, não é melhor ensaiar antes do dia do casamento?” “É!”  
151 “Olha que eu vou-te levar à igreja! Vou fazer de pai! Tu ficas contente ou triste?” “Não, fico é  
152 contente!” Porque o meu homem, sabe, ele sabia que eu era a brincar e então disse assim, “olha  
153 lá, não era melhor ensaiar já hoje?” Eu disse, “é!” “Então vá, faça à moda!” Tinha... aquela  
154 coisinha... e eu fui assim, “ó sobrinho, vai para ali e eu fico aqui! Dá cá a tua mão!” Ele deu-me a  
155 mão e depois vai assim, “estamos prontos?” E ele assim, “Estou!” Começou a andar e eu assim, “a  
156 gente tem de acompanhar o padrinho senão *ópois* [depois] ele chega lá à igreja e vai pelo altar  
157 abaixo! Pode *botar* [colocar] o altar abaixo e depois não casemos!” Aquilo era um faltar de rir! As  
158 senhoras que vinham lavar o meu marido, uma era a madrinha de casamento e a outra, a mais  
159 nova, era a cozinheira! Era tudo a rir! Era uma fartada de rir sempre aqui sempre para o animar!  
160 Elas, as mulheres vem e dizem, “faz bem, senhora M!” A minha sobrinha deu-me remédio para  
161 lhe ir levar quando elas estavam na escola e à hora a que ele às vezes tem de tomar o remédio  
162 porque fica assim meio coiso e eu levava-lho e ela ficava toda danada, devia ficar era toda  
163 contente, porque ela não lho queria dar!

164 **E:** Não lhe queria dar porquê?

165 **ID8:** Eu não vou aos cafés, ela é que vai sempre ao café. Eu faço-o em casa! Eu gosto de animar o  
166 rapazinho que anda sempre triste, “é tia, eu só queria que a minha mãe fosse como você, tia!” E  
167 depois começa ela “para que que lhe dás estes cigarros todos?” “olha lá, fumar tudo que o isso faz  
168 mal, agora um de vez em quando!” Porque eu dava-lhe um de manhã, outro ao meio do dia e  
169 outro assim à tardinha e ela à noite dava-lhe outro. Eu dar-lhos todos muito juntos e depois ele  
170 querer e eu já não ter e faziam-lhe mal e por isso a gente tem de fazer o que a nossa consciência  
171 puxar, não é ser só católicos!

172 **E:** Exatamente!

173 **ID8:** É termos consciência e pensarmos em Deus! Que o fazer o bem, Deus agradece e o mal não!  
174 Portanto que digam o que quiserem, que eu não me importo! Fui criada de servir, nunca roubei  
175 nada a ninguém, quando via o dinheiro eu ajeitava-o, assim que o dono chegava, “olhe, está em  
176 tal sítio, vá lá faça favor, que estava em tal sítio caído!” Que às vezes até podia ser para  
177 experimentar, não sei!

178 **E:** Pois!

179 **ID8:** E não quero saber, mas às vezes até podia calhar em cair ao tirar a roupa e assim, por isso é o  
180 que eu digo, não gosto que me façam a mim aquilo... ou não gosto de fazer aos outros o que me  
181 fazem a mim, nem gosto que me façam a mim aquilo que não faço aos outros, está bem?

182 **E:** Claro!

183 **ID8:** Portanto, ela que faça o que quiser, eu não lhe quero mal, só quero bem! Eu cáí acolá *apois*  
184 [depois] da segunda vez, ela viu-me caída acolá e não me, nem foi ter comigo nem me perguntou  
185 nada, nem nada! Nunca disse assim, “vou-te botar [colocar] o lixinho lá fora que tu não podes!”  
186 Quem mo levava era a filha dela (...) Portanto, a cachopinha vinha-me lavar e vinha-me fazer aqui  
187 o trabalho, mas eu pagava-lhe cinco euros à hora, dava-lhe cinco euros à hora fora o que lhe dava  
188 por fora, está bem? Eu não me atrevia...

189 **E:** Então ela não é família?

190 **ID8:** É, é minha sobrinha também. É da minha irmã, é a mais nova! E pronto, a gente, eu se  
191 pudesse, quando eu podia também ia ajudar as pessoas, agora é que não posso. Este quintalzinho  
192 aqui dantes, não tinha assim árvores como tem agora, mas eu cavava, tirava uma coisa, tornava a  
193 cavar, tornava a semear outra e tudo me pedia e eu dava sempre a dar coisas! Agora não, porque  
194 não posso, se não fazia o mesmo! E os oitenta já lá vão! Oitenta e três! Já vão oitenta e quatro no  
195 dia cinco de maio!

196 **E:** Não há como nascer prematura! Não há como nascer de sete meses!

197 **ID8:** E não admito a ninguém que me chame velha, porque eu sou velha e velha, eu digo assim, eu  
198 sou velha como há mais, orai por mim porque também para lá vais!

199 **E:** Exatamente! Isso correu bem! Isso correu bem!

200 **ID8:** (...) Também foi um AVC que lhe deu e eu estou sempre a animá-la e a telefonar e ela  
201 telefona para mim e eu para ela e já falaram muito de eu ter aqui a cachopinha, faz algum mal?  
202 Vem aqui, come aqui, vai ali ao quarto de banho, se eu não tivesse aqui o quarto de banho ia  
203 aquele, mas teve que ser feito este aqui por causa, a gente tirámos a banheira, porque o meu  
204 marido para ir para a banheira, pusemos um poliban, a modo das mulheres lavá-lo e tive de fazer  
205 aqui, fiz aqui, aquilo tem aquela coisa... a gente acende aquilo, para tirar os cheiros e assim e  
206 pronto, custa-me alguma coisa?

207 **E:** Claro!

208 **ID8:** É uma mulher como eu! Até se fosse um homem, desde que ele fosse sério!

209 **E:** Exatamente!

210 **ID8:** Fui dar uma vez com ela ali a comer ao pé do meu portão, ao sol, ao calor e eu disse logo,  
211 “não, não, vai lá para dentro mulher!” “Ó e a senhora deixa?” “Deixo sim senhor! *Atão* [então]  
212 não deixo porquê? A gente *semos* [somos] irmãos por diante de Deus!” Olhe, eu sempre fui  
213 ensinada a pensar em Deus, até quando a gente dantes rezava, a gente comia, rezava as santas  
214 graças, não era? Ao Senhor. Agora não se reza, isso já findou, mas eu digo sempre assim, “Graças  
215 vos dou meu Deus, pelo comer e beber que me destes sem eu merecer, perdoa os meus pecados,  
216 dá-me só quando eu morrer, seja louvado Jesus Cristo, para sempre louvado e bendito e a sua  
217 mãe Maria santíssima” e benzo-me. E quando se vai por um caminho fora, acho que eu fui  
218 castigada porque uma vez ia para lá levar, uma primeira vez fui para ir falar com uma senhora lá  
219 perto da padaria e caí lá em direito da padaria, assim daquelas coisas, num carreiro até lá duma  
220 prima minha que já morreu também e o marido, mas acho que aquilo não ficou bem, diz uma  
221 senhora *ópois* [depois] que me veio curar, e ela disse que também já lá caiu parece que três vezes  
222 ou duas vezes. E *ópois* [depois] outra vez fui lá levar os plásticos, os plásticos e vidros que muita  
223 gente *bota* [coloca] aqui no contentor, mas a gente tem de dizer sempre quando vai por um  
224 caminho, é bom a gente dizer assim, “Nosso Senhor vá comigo, eu vou com ele, Nosso Senhor  
225 dentro de mim e eu atrás dele. Nossa Senhora vá comigo, eu vou com ela, Nossa Senhora dentro  
226 de mim e eu atrás dela. Assim como Nossa Senhora acompanhou o seu bendito amado filho para  
227 a escola, assim acompanhe o meu corpo de casa para fora, hoje durante toda a noite e todo o  
228 dia”, benzo-me, rezo uma Avé Maria e fico tranquila!

229 **E:** Pois e nada acontece, não é?

230 **ID8:** Pois, a gente tem de se entregar a Deus e à nossa Senhora, é o meu melhor médico e a minha  
231 melhor companhia, portanto, eu sei que hei-de morrer e quando o Senhor me quiser levar, nem  
232 que seja hoje, está à vontade de Deus, é só mais nada, não quero saber! Já aqui uma vez há minha  
233 irmã, ela toda danada eu lhe disse, “ó mulher, estás com um medo danado eu ir levar o remédio  
234 ao...” ao filho ou às vezes tabaco, chamava-o ali à horta, e ela toda armada a resmungar e eu  
235 assim, “é mulher, olha, eu não te quero mal nenhum, se quiseres ir á minha casa todos os dias,  
236 vai! Eu queria que a gente aqui era para sermos, irmos sempre à casa uma da outra e se tu

precisasses de alguma coisa e eu não pudesse chamava alguém e se me acontecesse a mim fazias o mesmo. Por isso, se calha de eu morrer, se eu morrer à tua frente mando-te a carta da chamada e se morreres tu manda-ma a mim que eu não a renego.

**E:** Nem vale a pena!

**ID8:** O meu cunhado, às vezes dizia assim, o tal que era padeiro dizia assim, “é cunhada, hoje fazes um verso para mim?” “Faço!” “Então como é?” Eu disse-lhe assim, olha quando eu morrer, disse mas é foi assim, “quando o meu cunhado morrer, vai devagarinho, lá dentro do cemitério, vou-lhe oferecer cinco litros de vinho!” E ele todo contente! Quando ele morreu, eu fugi e andei doente, porque a gente o brincar é para animar, às pessoas e a nós próprios! Não é para fazer pouco da gente ou para ser turra, não senhor, mas eu, às vezes, dizem assim, “É M, dizes cada coisa! És uma tola!” “Eu sou tola?” (...) Toma lá, agarra embrulha! Tem que ser assim, menina, então vamos andar sempre a chorar?

**E:** Não, não vale a pena!

**ID8:** Em casa choro muitas vezes, sim senhor, é verdade! Mas vou para a rua (...) sem rezar pela alminha deles, o tercinho, primeiro é ouvir o terço, Fátima, e depois rezo o tercinho, pela alminha dos meus e dos meus familiares todos.

**E:** Todas as noites?

**ID8:** Pois todas as noites! A gente não dorme também todas as noites? Como é que tu dizes quando te deitas, não dizes nada?

**E:** Eu digo. Rezo a Avé Maria, o Pai Nosso e ao Anjo da Guarda.

**ID8:** Ai eu digo assim, eu também rezo e também rezo ao Anjo da Guarda, rezo sim senhor! E por isso digo assim, que ainda agora há pouco disse esta, “com Deus me deito, com Deus me alevanto, na graça de Deus, divino Espírito Santo, nossa Senhora me cubra com o seu divino manto, que é Pai, Filho e Espírito Santo. Eu me entrego a Deus e à Nossa Senhora, ao coração de Jesus, à santa Vera Cruz, ao reino (...) nas três pessoas da santíssima trindade, que é Pai, Filho e Espírito Santo. Nesta cama me deitei, com sete anjinhos estarei, três aos pés, quatro à cabeceira, Jesus Cristo na dianteira, Nossa Senhora me diz, repousa, repousa, não tenhas medo de tal coisa. Jesus ao meu peito nesta cama que me deito, se eu dormir acordai-me, se eu morrer alumiai-me! Pelas minhas três pessoas da Santíssima Trindade, que é Pai, Filho e Espírito Santo”. *Ópois* [depois] digo assim, “ó meu bom Jesus (...) foste preso e foste morto, perdoaste a vossa morte, foi tão cruel e tão forte, perdoai-me a mim Senhor, os meus pecados, esquecidos e lembrados, que aos pés do meu confessor não foram confessados. Confesso a Vós Senhor, sendo o Rei da verdade, na hora da minha morte a minha alma com piedade, sei que sou pecadora Senhor, mas perdoai-me pelas minhas faltas e muito obrigado Senhor por me teres ajudado, tens sido a minha melhor companhia e o meu melhor médico”. E *ópois* [depois] digo assim, “Deus diante de pai Maria, Deus e o filho da Virgem Maria, esteja na minha companhia. O meu Senhor pelo meu pai, a Nossa Senhora pela minha mãe, Jesus e apóstolos pelos meus irmãos (...) nem do pecado enganada, nem do meu corpo corrompido, nem do meu sangue (...) seja eu nesta noite e neste dia, assim foi Jesus Cristo no ventre da Virgem Maria. (...) E fico tranquila!

**E:** Pois, acredito!

**ID8:** E estou tranquila e tenho fé em Deus que Deus me guarda! E o anjinho da guarda que me guarda noite e dia esteja sempre na minha companhia. O Pai Nosso e a Avé Maria também rezo, então? À santa Alexandrina que está aqui ao pé de mim também e à senhora de Vagos, à senhora de Fátima e todos os santinhos e santinhas que estão no céu e na terra, peçam ao Senhor por mim, que me ajudem a pedir ao Senhor por mim, por isso, eu ainda aqui estou na graça de Deus, com tantas doenças que eu tenho tido, como é que eu ainda estou viva, Senhor? Muito obrigada Pai do Céu! Não é, por exemplo, às vezes vou comungar e *ópois* [depois] já vejo dizer mal as pessoas e a fazer mal e tudo. Dantes, quando estavam a dar a comunhão a gente dizia assim,

quando eu ia para a missa dizia assim, “por esta igreja vou entrando, água benta eu vou tomando, para lavar os meus pecados. Pecados ficai aqui, que eu vou dar conta de mim ao Nosso Senhor Jesus Cristo”. E quando tomávamos o Senhor, dizíamos assim, “da minha boca faço porta, da língua toalha, da garganta escada, o coração assente para receber o santíssimo sacramento”. Agora não se diz nada! E era coisas, não eram coisas que fizessem mal a ninguém. (...)

**E:** Agora vamos para a frente! A sua filha foi cancro? Ela esteve doente ou foi acidente?

**ID8:** Foi acidente.

**E:** Foi acidente de carro? Foi de repente!

**ID8:** Foi de carro. Ia trabalhar para longe e depois o meu genro foi comprar uma casa para a montanha e ela disse, “ai, que eu vou ficar pelo meio do caminho!” E ficou! Tanto que ela queria vir para cá, e ele, e ele... eu se fosse hoje fazia, fazia aquilo que o médico disse e que me diziam, que ele não mandou, pois ele é que mandava, de maneira que eu não sabia que ele era fraco para ela! Só a rapariga que trabalhava com ela que era ali da, o pai era daqui do Carmo e ela estava a morar aqui na Vagueira e *ópois* [depois] foram lá para o Canadá, e ela trabalhava lá com a minha filha e ela encobria sempre porque ela pedia sempre para a encobrir, eu o meu homem, só soubemos depois que ela morreu, que ele era fraco, e portanto queriam-na *botar* [colocar] lá e ficou numa capelinha, não é capela é numa gaveta, que ainda agora quando lá fui quinze dias, de inverno, a minha nora levou-me lá, fui lá duas vezes, fui à igreja eles levaram-me de carro.

**E:** A família continua lá toda? As filhas e o marido?

**ID8:** Ela está lá *atão* [então], continua lá, lá está na gaveta! Estão lá as filhas a viver e estão os meus outros filhos. Um deles está noutra cidade, mas está muito mal, está muito triste, porque ele trabalhava nisto de trabalhar nos carros, era o ofício dele e *ópois* [depois] ia para longe para ganhar mais dinheiro, vinha só ao fim de quinze dias para casa. Oito, quinze dias e a mulher arranjou um amante! E *atão* [então], diziam assim, “S não faças isso! Mais vale estares perto e estares com as tuas meninas!” E ele, “eu sei, mas eu queria comprar uma casinha nova!” A gente tínhamos terras e demos o dinheiro a todos. E ele disse, “pai, com o dinheiro que você agora deu à gente, tenho lá três carrinhos vou arranjar os carrinhos e vendo-os, compro um novo para a minha mulher e eu vou no carro da companhia e vou comprar *ópois* [depois] uma casinha nova! Com o poucachinho que eu tenho, com este que eu tenho e com o que eu vou ganhando, vou comprar uma casinha nova!” Olhe, ela estoirou-lhe o dinheiro todo e não conseguiu comprar casa nenhuma, *ópois* [depois] ela, quando ele descobriu, elas ficaram com a mãe e ele dá, tinha que dar 700 dólares por mês, ela comia e bebia mais o amante e... e... batia nas meninas, dava-lhes fome e as meninas fugiram! Fugiram, a polícia veio e perguntou quem eram os pais, lá apontou, foi ter com o pai, ela nunca mais as pode ter! Foi para o pai! E *atão* [então], como é que eu hei-de dizer, são duas meninas... e *atão* [então] quer se dizer, que ela nunca deu um paninho. Ele não era obrigado a dar mas só com o medo de perder as filhas, é pai e mãe! Há uns seis aninhos, agora parece que já vai em oito anos. Elas, uma já fez dezasseis anos no dia treze de maio e a outra vai fazer treze no dia quatro de setembro. Agora é a idade de maior perigo! Já começam com a cabecita no ar e a ir lá para o... para o... ainda chegaram a dizer à mãe, como é que ela teve coragem de deixar um pai tão bom por ter um fraco! E ela nunca trabalhou, estava com as meninas, porque ele dizia, ao menos dava amor ela e carinho às meninas, *ópois* [depois] é que ele falou aquilo mas já não chegou a fazer, já foi pouco tempo, já foi quando ela vendeu tudo e tudo! E quer se dizer, as meninas estão assim sozinhas, ela agora já pede às meninas, uma vez pediu às meninas para o pai dar lá entrada, porque ela enquanto esteve com o meu filho nunca trabalhou, já não chegou a ir trabalhar, *ópois* [depois], quando ele comprou os carrinhos e assim e ela *ópois* [depois] já não chegou a ir trabalhar! Agora *ópois* [depois] que está com este, ele obriga-a a trabalhar e foge e gasta o dinheiro e é uma infeliz e chegou a pedir uma vez para ficar lá na casa do meu filho, mas que era para ficar com as meninas no quarto delas! E ele, com medo de perder



as meninas até deixou. As meninas pediram, deixou. Ainda lhe emprestou dinheiro e tudo! Nunca mais lho deu! Foi *ópois* [depois] outra vez para ele e ele fez aquele trabalho (...) só para estoirar dinheiro diz ele, está a pagar o que fez! Agora obriga-a a trabalhar e pagar até as dividas porque a *botaram* [colocaram] fora, que ela, “há três meses que não paga, três meses que não paga, o que é isto? Ou paga os três meses que está a dever ou *atão* [então] vão embora” diz ela, “então, o meu homem pagou, o meu homem pagou!” O tal amante! “Não pagou nada! Não pagou nada!” *Botaram-na* [puseram-na] fora! Foi por isso que ela pediu para ficar lá aqueles dias! Passado, acho que foi um mês ou dois, já tornou a ir ter com ele! O meu filho diz que já não acredita nela, eu assim, “ai, podias-lhe dar uma oportunidade agora e tornar a estar com ela” e ele disse, “eu, ir para uma mulher que não confio mais nela, estoirar o meu dinheirinho e arranjar outro homem, e agora de cada vez... não, não quero mais, acabou!” Está então sozinho, ele está lá coitadinho! Veio cá, antes do meu homem morrer veio cá mais as meninas, depois morreu o meu homem veio ele.

**E:** O seu marido morreu há quanto tempo?

**ID8:** O meu marido morreu faz quatro anos *ópois* [depois] em dezembro, em novembro, em novembro. Não foi em dezembro, foi em novembro! E já foi há três anos e meio e é assim a vida amiga, olhe!

**E:** Pois é. Olhe, depois do acidente da sua filha, o que é que mudou na sua vida? A maneira de lidar com as coisas... andou muito triste, já sei que andou a tomar medicamentos...

**ID8:** Triste, triste e com... as minhas amigas sabem, fiquei revoltada, mas as minhas amigas... foi gente como a que fosse uma procissão, porque ela era amiga de fazer as coisas, nem queria nada a ninguém. Ela sabia as línguas, sabia o português, sabia inglês, sabia italiano, sabia essas coisas e ela ajudava as pessoas e, às vezes davam-lhe dinheiro e ela não queria e tanto *ateimavam* [insistiam] que ela *botava* [colocava] em nome das meninas assim qualquer coisita, elas não queriam, mas elas *ateimavam* [insistiam], *ateimavam* [insistiam] *ateimavam* [insistiam] e *atão* [então], ela agarrava e *botava* [punha] em nome das meninas! Ele estoirou tudo! Elas só souberam depois que ela morreu que ele estoirou tudo! E tinha, tinha feito seguro das casas, ficou com tudo pago que ele comprou lá na montanha, acho que foi com três casas que ficou! E *ópois* [depois] estoirou tudo com as amantes! E *ópois* [depois] não queria que a gente dissesse a verdade às meninas! A gente disse-lhes e ficou danado!

**E:** As meninas estão com ele, não é?

**ID8:** As meninas não estão com ele agora porque são casadas agora, já são mães!

**E:** Mas elas aperceberam-se disso tudo?

**ID8:** Aperceberam-se mas tem lá a avó que também é uma cabra como o pai, sai ao pai! A mãe dele sai ao pai! O pai é um santo, o pai e os avós, os pais do pai dele! (...) O pai tinha aquela doença na garganta, tiroide, e ele não podia falar, o pobrezinho do homenzinho, o pior mal era o dele e triste daquele que chega a essa situação!

**E:** É verdade!

**ID8:** Que a gente tem de ajudar (...) cortaram muito, já estava muito adiantado! Não deu e pronto! A avó, a mãe dele dizia assim, “ai, a tua filha é que é uma santa de uma menina!” E o que ela fez para pedir para trazer o meu filho, (...) mas depois não deu, mas ela é tão querida e está aqui sempre com as meninas e ele foge e vai passear e deixa-a aqui sozinha!” Ela sofreu muito esta pobre! Por isso olhe, está lá, já não sofre mais, se Deus quiser! Ela era boa e “ai, quando vier o *snow* (neve) vou ficar no meio da montanha”, ela dizia no meio do caminho para a montanha, “vou ficar no meio do caminho!” E ficou! Bateram-lhe e fugiram!

**E:** Foi?

**ID8:** Foi! (...) Ela ficou logo morta, que eu quando vi a minha menina com a cabeça...

**E:** A senhora estava lá?

**ID8:** Estava, estava! As meninas foram todas parar ao hospital, como aqui a universidade de Coimbra, a gente ia sempre visitá-las, sempre visitá-las e elas pânicas, coitadinhas! (mostra fotografias) (...)

**E:** Estava grávida?

**ID8:** Três raparigas e andava grávida e não sabia se era rapariga se era rapaz! Era de pouco tempo ainda, disse o médico!

**E:** Ela tinha que idade, que me disse?

**ID8:** Ela tinha vinte seis anos e o médico queria-a *botar* [colocar] num sítio que ele não visse, um sítio que ele não soubesse onde ela estava, ela e as meninas!

**E:** O médico estava a par do que se passava?

**ID8:** Sim, ele ser fraco! Ela disse-me, mas a mim não me contavam, nem o médico por causa de eu ser doente, nem ao meu homem, e eu então disse, “é filha, não faças isso, filha! Há outros piores que o teu!” Porque a gente quer o bem mas não sabendo eu do que se passava, e eu depois fiquei mais tola!

**E:** Por causa disso, sentiu-se culpada?

**ID8:** E pedi-lhe perdão, que me perdoe que não foi por mal, era pelo bem dela que eu disse aquilo, não é? Porque os nossos pais também querem o bem nosso! Porque os meus pais eram nossos amigos e a gente foi fazer igual! Por isso, fez assim, olha, santo António! Não sei, ela se estiver em bom lugar, ela fica contente de eu, de eu me animar como eu me animei, por isso anima-te também filha! A gente pede sempre que ela esteja bem e se estiver bem que peça ao Senhor pela gente que também um dia que a gente vá para onde ela está também bem. Eu quero ir para ao pé dela, do meu marido e de todos! Ela ficou lá, que ela era para vir para cá, por isso é que eu comprei outra campa! Eu comprei duas campas! Agora tenho lá o meu pai num lado, o meu marido por cima do meu pai e está lá a minha mãe e eu quero ir para cima da minha mãe. Eu até dizia ao meu homem, “*boto-te* [ponho] assim a mão e não te deixo fugir, nem tu me deixas fugir a mim, mas tenho que levar um telemóvel para telefonarmos para os amigos!” Eu assim, ele fartava-se de rir. Dava-me sempre para animar e ele dizia, “e se tu vais primeiro que eu? Ninguém me anima como tu!” Estava sempre a dizer coisas, olha, e foi um homem, és uma mulher como eu, ele chegou a dizer assim, “acabou! Acabou!” Porque o amor não é só o que se passa! Porque ele disse, “então tu foste operada e já foste operada duas vezes e estás assim a largar tanto sangue?” Porque ele quando era assim um homem que tinha forcinha, fazia-se mais leve, não é? Eu depois, não podia, carregava e era só sangue, e eu não lhe dizia, não! Ele um dia foi dar comigo a chorar, ele agarra e disse, “o quê? Então tu já tens esta idade e assim! Acabou, acabou, acabou!” Se eu lhe tinha amor ainda mais agora lhe tive!

**E:** Ele era muito bom?

**ID8:** Era! Claro que, quando ele era novo e andava por aí assim, acontecesse o que acontecesse, são homens! Elas às vezes agarram-nos e cegam-nos, ele contava-me muita coisa mas eu perdoei-lhe sempre, porque era um homem e ele só dizia, “é mulher, tu só pensas no trabalho!” Às vezes a gente estava lá no Canadá e lá vinham vinte pessoas lá e eu tinha de ver como é que eles estavam, eu fazia terras de renda e tudo! Vinham ter comigo e *ópois* [depois] “onde é que encontraste a M?” “Na terra! Sempre na terra!” Foi por isso que eu fui para lá *ópois* [depois] mais os meninos, mas ia sempre para os *farmes* [quintas], quando eu não tinha... e os patrões era como se fosse os meus pais, porque havia delas que só trabalhavam quando estava o patrão! Quando o patrão não estava, brincavam, mangavam, riam e não trabalhavam! Um dia o patrão uma vez chegou e disse assim, “ó M, de quem é aquela carreira?” Eu disse assim, “é do patrão!” “Do patrão?” Pois é, eu andava a ajudar outras, outras meninas que iam assim em fim-de-semana, não iam à escola e iam lá para os *farmes* [quintas], ia ajudar, ele via e foi assim, “como é que se faz tanto trabalho quando eu estou ao pé e quando eu não estou não se faz nada?” “Não sei! O

patrão, you crazy? You no see very good?" "yes", "you no see very good you vai to the doctor e buy de glasses!" Que fosse ao médico e usasse óculos! E ele diz assim, "no, I see very good!" "ai sim? Então you see self!" M diz-me quem é!" "Não!" Disse, "you ser my father, you your daugther, eu filha!"(...) "Então mas como é que hei-de fazer?"(...) "you stay over there..." Ele assim, "então diz-me o que hei-de fazer?" " you stay over there, far away, acolá longe, you see everybody e não everybody see you! After you came you see! You no talk to me about nothing" Ele assim, "eu agora vou dizer M, thank you, thank you!" Depois chegava lá, e depois sentava-se, dizia nada, quando acabou o meu trabalho, a gente tínhamos um rancho e era para trabalhar e assim, por um tempo ou assim e *ópois* [depois] ele chamava a gente, diziam assim elas para mim, "é M, já andas a trabalhar?" "Ando! " "Atão [então] o patrão não chamou a gente?" "Problema dele e vosso, vocês não sabem o nome deles? Sabem o nome, o número, sabem a casa, falai com eles, não é comigo!" Ele ficou-se e um dia até disse, "foi a M que disse?" "Não vos admito que digam uma palavra que foi a M!" (...) "M nice, work to much! You no work nothing! You lier!" És impostora! You lier é malandra!

**E:** Então e esteve lá quantos anos no Canadá?

**ID8:** Estive lá acho que alguns quinze anos, também! Ainda lá passei um tempinho, sempre muito doentinha, operações, olhe, o que é que se há-de fazer? E, quer se dizer, eu não podia andar a trabalhar em banda nenhuma, só nos *farmes* [quintas] por causa da minha doença! Eu chegava lá às vezes à espera de ir para as terras, ia arrancar as ervinhas todas à porta do patrão, até que viessem os outros para *alevarem* [levarem] a gente, e o patrão foi operado, eles brincavam muito comigo e eu com eles, a gente era como se fosse os filhos e os meus irmãos e eles os dois como que fosse pai e mãe e *ópois* [depois] eles tinham uma gata que era Silvia, eles lá chamam-lhe a Selvia e eu tinha o meu Silvio e eu *ópois* [depois] dizia que íamos ser família, que íamos casar a Selvia com o Silvio! Ele foi para o hospital, a gatinha não queria ir para ninguém, nem comer, nem nada, só queria ir para mim e eu dar-lhe de comer e dizer-lhe depois que o patrão já vinha e assim, a dizer coisas, dizia coisas à gatinha, ele quando veio, todo contente, dava-me roupa para os meus filhos, dava-me roupa para mim, esmolinhas que eu não tinha dinheirinhos...

**E:** Pois.

**ID8:** E *ópois* [depois] comecei assim a ganhar pouquinho no *farme* [quinta], que era andar, tinha uma máquina e eu ia escolher assim em cima da máquina, as facas ou pedras ou o que fosse. Nos tomates, apanhávamos os tomates assim, apanhar, ou quando era a começar a vir as folhas a capá-los, fazer as coisas, as estacas, *botávamos* [colocávamos] uns fiozinhos, *botavam* [colocavam] as estacas e botavam os fiozinhos a fazer aquilo tudo, fazíamos o que era preciso, não é? E por isso, tenho até muita pena, eles falam sempre em mim, diz que nunca se esquecem de mim, os que estão vivos, os que já morreram já morreram! Um dia foram à, àquilo como é que se diz... ai, quero dizer e não me atrevo, pertence lá ao... à América... foram à...

**E:** À Disneyworld?

**ID8:** Não, era outra coisa, que diz que também lá estão muitos portugueses e trouxeram-me uma camisola, com aquilo lá escrito de onde eles vinham depois perguntavam-me quem é que me deu aquela camisola, ainda aí está velhinha! Até tinha um gato desenhado! Eu era assim muito macaca, por causa da gata e, a Califórnia!

**E:** Ah, Califórnia!

**ID8:** Era a Califórnia! E *ópois* [depois] vinha, porque as plantas vinham de lá e *ópois* [depois] ninguém entendia das plantas, eu é que entendia daquilo, porque havia plantas que a gente para as plantar, a gente tínhamos de *botar* [colocar] um líquido para apanhar-lhe a raiz, para plantar e depois andar a regar assim aquilo lá como eles mandavam, a escolher e assim a estar tirar as ervinhas, eu fazia tudo e fazia aquilo muito bem e eles gostavam de mim e eu gostava deles! A como é que eram meus pais! Olha a gente a fazer o bem, diz o meu filho que falam sempre em

477 mim ainda, os que estão vivos! Agora quando eu lá fui, fui lá ao cemitério e vi lá perto das quintas  
 478 onde eu trabalhava, diz assim o meu filho, “é mãe lembra-se quando você andou aqui a  
 479 trabalhar? Aqui ainda falam sempre em você! Por você estar sempre a brincar! O chinês! Era um  
 480 chinês que era muito meu amigo e que gozavam muito e dizia assim, “I like just M! Because just M  
 481 help me!” Ele só gostava da M porque só a M é que o ajudava! Ele era pequenito, muito  
 482 pequenito, magrito e tinha um irmão que era um rapaz muito asseado e mijava-se a rir do que eu  
 483 dizia, como é que eu tinha tanta *corage* [coragem]. (mostra mais fotografias, agora dos chineses)  
 484 (...) *Ópois* [depois] a minha filha morreu e *ópois* [depois] eles quiseram que eu tirasse a roupa, eu  
 485 andava de preto e eles lá faziam-me rir todos...  
 486 E: Olhe, e lá teve apoios de alguém a ajudou, aquelas instituições para ajudar no luto da sua filha?  
 487 ID8: Não, não, não!  
 488 E: Ninguém ajudou nada? Foi só o trabalho?  
 489 ID8: Não, não, não! Não vê a minha cara assim tristonha! (mostra outra vez as fotografias) (...) Aqui  
 490 *ópois* [depois] quando eu comecei a ser outra mulher, ó repare como eu já comecei assim a ficar  
 491 elas faziam-me rir assim de lado, faziam-me rir de lado e a roupa depois cortaram-ma porque  
 492 senão, senão, como é? Queimavam tudo!  
 493 E: Foram as amigas de lá que a ajudaram, não foi?  
 494 ID8: Foi, foi, foi!  
 495 E: E o seu marido?  
 496 ID8: Olhe aqui a minha cara, uma cara de tolinha! É quando andava ainda avariada!  
 497 E: Pois, aqui estava mesmo deitada abaixo! O que é que gosta de fazer mais agora?  
 498 ID8: (...) E sempre animei então e *ópois* [depois] diziam os portugueses, “és amiga dos pretos? És  
 499 branca e és amiga dos pretos?” “Os pretos, *calai-se* [calem-se], os pretos são pretos na pele mas o  
 500 sangue é da mesma cor do nosso e *semos* [somos] irmãos para adiante de Deus! Ai de vocês que  
 501 falem de mim de eu ser amiga dos pretos! Vocês quando vieram para aqui não gostaram que eu  
 502 vos ensinasse? Não gostaram que eu vos ensinasse? Porque é que não querem que eu ensine os  
 503 pretos e que os ajude? Ajudo sempre que precisarem de forma quando eu precisar também me  
 504 ajudem!  
 505 E: É verdade!  
 506 ID8: É assim! Tens mais perguntas a fazer?  
 507 E: Tenho mais duas perguntas, o que é que gosta mais de fazer e o que é que gosta menos de  
 508 fazer agora, nesta altura?  
 509 ID8: O que é que eu gosto de fazer? Até gostava de fazer renda mas não posso!  
 510 E: Não pode fazer renda, porquê? Ah, por causa dos dedos e do pulso!  
 511 ID8: Ainda aqui está, olhe, por acabar!  
 512 E: Ah, mas ainda vai fazendo então!  
 513 ID8: Não posso, não tenho olhos para fazer! Havia de ver muitas rendinhas que eu fazia...  
 514 mantinhas, casaquinhos, mas a mãozinha, a mãozinha não tem força!  
 515 E: Vai fazendo devagarinho, também não anda ninguém a correr atrás de si! E isso até é um  
 516 entretêm...  
 517 ID8: Mas a mão não gosta muito, está assim dormente *ópois* [depois] que a parti está dormente.  
 518 (...)  
 519 E: E o que é que gosta menos de fazer?  
 520 ID8: Eu gosto de fazer tudo, limpeza do chão, limpeza lá vou fazendo sempre tirando o maiorzito,  
 521 mas agora há coisas que já não me atrevo por causa da mãozinha...  
 522 E: Olhe, vai muito ao cemitério? Mas é ver o seu marido porque a sua filha está lá...  
 523 ID8: Agora pago a quem me leve! Agora o meu irmão está cá e disse, eles estiveram aqui hoje e  
 524 diz que me leva ao sábado! Também cá tem a filha que vai enfeitar os sogros e que me leva

525 porque a cachopa que me levava foi operada a uma perna, era uma prima minha que também  
526 tirou um peito e depois agora também cá tem o marido e assim e *ópois* [depois] eu para ir a pé  
527 não posso, também tenho os meus pés inchados e tenho aqui, olhe, um joanete e um calo, já tirei  
528 aqui um bocado tão grande, assim a tirar na água, aquilo é buraquitos de eu tirar dali, as unhas já  
529 estão a ficar assim...

530 E: Já magoam muito...

531 ID8: Oh! É o que faz a gente estar velhos! Dali já está bom... e *ópois* [depois] fica assim tudo a  
532 doer, ali de lado! E as unhas já, olhe, o médico disse que eu havia de ir ao médico de lá...

533 E: Diga-me o que é que gosta menos de fazer?

534 ID8: O que é que eu gosto menos de fazer? Rogar pragas! Quando falam a dizer asneiras, fico  
535 danada! Não gosto! Assim a brincar... não é por mal, então é ser malcriada? A gente já dizia isto  
536 antigamente... agora isto, mandar cozer... cozer o quê? Para cozer é o comer e mais nada!

537 E: Exatamente!

538 ID8: Essas asneiras não gosto nada! Olhe, é assim, “ó iu cricame cricatu!” Sabes porquê? Porque lá  
539 no Canadá a minha nora, a minha cunhada tem uma nora que é açoriana mas falava mais inglês e  
540 ela às vezes dizia-lhe coisas e ela não entendia e a minha cunhada dizia assim, “ó iu crica!” e ela  
541 ficava assim muito coisa! Ela aprendeu a palavra crica e às vezes ela dizia alguma coisa que ela  
542 também não entendia, a minha cunhada dizia alguma coisa que ela também não entendesse ela  
543 dizia, “iu crica!” dizia a minha cunhada, “iu crica tu!” Quando ela me via ela dizia “iu crica tu” e a  
544 gente ríamos!

545 E: Códigos...

546 ID8: Não é por ser praga, *atão* [então]! A gente tem os cricos, *atão* [então] ser o o ou a...

547 E: Exatamente é a mesma coisa!

548 ID8: Desculpe, que eu sou assim!

549 E: E bem, toda animada! Havia de ser todos assim!

550 ID8: Eu gosto de fazer... eu queria fazer tudo mas não me atrevo!

551 E: Então vai fazendo conforme pode!

552 ID8: Olhe, lavo a roupa da cadela...

553 E: Tem uma cadela?

554 ID8: Está doentinha... está muito velhinha...

## **ANEXO VI**

**(experiencia de vida antes da perda do(a) filho(a))**

**Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)**

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

**Tabela 2**

Categoria	Unidades de registo	Linha
<b>Origens</b>	ID1: “Em solteira foi uma vida boa”	10
	ID1: “Com um pai muito fraco, uma mãe muito boa e uma família muito boa”	11
	ID7: “Como eu na escola não dava nada, não dava nada na escola, a minha mãe “anda cá, anda cá para a pedreira!”	112-113
	ID7: “Eu já estava lá na pedreira e depois é que nascia o sol e a gente ali, sentada, punha-se o sol e a gente ali”	128-129
	ID7: “Eu andei a deitar asfalto na estrada em Freamunde, à beira da capela de São Francisco. Eu, na véspera do meu casamento fiquei tão preta como esta roupa, porque o... ainda não era estes sistemas agora, era assim quase como deitar sulfato assim, a <i>etitinho</i> [a direito] por cima do cascalho e eu naquele trabalho! Trabalho de homem para já!”	353-357
	ID7: “Saíamos a primeira vez aqui às três da manhã! E <i>apois</i> [depois], não tínhamos dinheiro para calçado era umas sapatilhas assim... parecia tipo pano, mas rompia, rompia por baixo e depois o sangue até ficava no chão! ID8: “Ainda andei naquilo... ai, como é que se diz, nas secas, em Alcochete! (...) Andei lá seis anos! (...) Solteira!”	389-391 75-79
<b>Diversão</b>	ID1: “Andava sempre a brincar comigo...e puxava-me para dançar”	124-125
	ID4: “Saía mais, tomava café com amigas, era independente...”	30
	ID7: “Ao outro é o Santiago, era no dia 25 de julho. Era a bicicleta de pedal que ele tinha, ia no quadro... no quadro da bicicleta, sabe o que é uma bicicleta com quadro? Eu ali sentada! Ai que dores no meu traseiro! Nossa Senhora! Ai Nossa Senhora! Eu dei o passeio ao diabo cinquenta vezes! Ao outro dia, estrada outra vez! <i>Num</i> [não] tinha férias!”	378-382
	ID7: “Eu mais o meu homem passeávamos muito! Nós íamos para o algarve, íamos para Espanha, nós lá íamos! Levava sempre a minha sobrinha (...) Muita gente pensava que ela era minha filha”	439-441
<b>Vida</b>	<b>Temperamento</b>	
	ID1: “Eu sempre sofri mais ou menos calada e engolia tudo, por causa dos meus filhos, para lhes dar um dia um futuro e assim...”	12-14
	ID2: “Fui sempre uma pessoa alegre! (...) Bem-disposta, de encarar os	30-31

	<p>problemas assim com cara alegre e pé ligeiro!”</p> <p>ID5: “Era uma vida, uma família pobre, pobre não é pobre, remediada, prontos! Vivíamos normalmente, eu tinha muita fé, esse era meu filho mais velho, tinha muita... como é que hei-de dizer... esperança, muita vontade dele crescer, de formar família, de me dar netos, de... vivia bem”</p> <p>ID7: “Mas a minha vida tem sido muito triste, muito triste e, Jesus!”</p> <p>ID7: “Primeiro foi o meu pai, depois foi a minha mãe, depois foi três irmãos, depois foi o meu marido... (...) Minha depressão já é uma depressão crónica... portanto, eu já tomava, antes do meu marido estar doente, eu já tomava comprimidos!”</p>	<p>11-14</p> <p>416</p> <p>463-467</p>
	<p><b>Trabalho</b></p> <p>ID1: “De trabalho, muito trabalho, muito trabalho! Inclusive os meus filhos estudavam, vinham e tinham que ajudar no restaurante, todos eles! Sempre a trabalhar... pronto...”</p> <p>ID2: “Dar aulas (...) em ensino de adultos...”</p> <p>ID4: “Trabalhava na Vista Alegre</p> <p>ID7: “Arranjei emprego (...) o dinheiro que eu devia, que eu pedi, era assim, o patrão dava-me o dinheiro e eu fazia de conta que não recebia, punha para o lado dentro de um envelope”</p> <p>ID7: “Trabalhei naquela firma 7 anos”</p> <p>ID7: “Vamos todos a Fátima! Vamos agradecer a Nossa Senhora que eu já não devo nada a ninguém e tenho a minha casinha”</p> <p>ID8: “Ia para lá para a creche, ia fazer um picô à roupinha das crianças e aquilo era sempre uma festa, uma alegria!”</p> <p>ID8: “Fui criada de servir”</p> <p>ID8: “Que eu fui para lá <i>ópois</i> [depois] mais os meninos, mas ia sempre para os <i>farmes</i> [quintas]”</p> <p>ID8: “Estive lá acho que alguns quinze anos (...) sempre muito doentinha, operações (...) eu não podia andar a trabalhar em banda nenhuma, só nos <i>farmes</i> [quintas] por causa da minha doença!”</p> <p>ID8: “Dava-me roupa para os meus filhos, dava-me roupa para mim, esmolinhas que eu não tinha dinheirinhos... (...) E <i>ópois</i> [depois] comecei assim a ganhar pouquinho no <i>farme</i> [quinta], que era andar, tinha uma máquina e eu ia escolher assim em cima da máquina, as facas ou pedras ou o que fosse (...) apanhávamos os tomates assim, apanhar, ou quando era a começar a vir as folhas a capá-los, fazer as coisas, as estacas, <i>botávamos</i> [colocávamos] uns fiozinhos”</p>	<p>27-28</p> <p>7-8</p> <p>30</p> <p>40-42</p> <p>53</p> <p>83-84</p> <p>122-123</p> <p>183</p> <p>436-437</p> <p>460-462</p> <p>471-478</p>
	<p><b>Família</b></p> <p>ID1: “Sentia-me feliz com os meus filhos (...) Passei bastante com eles porque eram um bocadinho doentes”</p> <p>ID3: “Nós éramos uma família muito feliz. Éramos felizes! Elas eram pequeninas, fazíamos férias, tínhamos uma vida muito boa”</p> <p>ID4: “Já não tenho cá o meu marido. Morreu novo também. Depois morreu a minha mãe a seguir.”</p> <p>ID5: “Ele inclusive é que me tinha pedido que queria ter um irmão quando tinha 10 anos e disse “é mãe, toda a gente tem um irmão e eu não tenho!” E tal, e a gente prontos, tentamos ter outro filho. E hoje acho que isto depois já são tudo destinos do mundo porque quando o irmão tinha 10 anos ele</p>	<p>17-18</p> <p>10-11</p> <p>8-9</p> <p>15-18</p>



<p>morreu.”</p> <p>ID5: “Ele era muito apegado a mim, era muito meiguinho, prontos! Era meiguinho, era meu...era muito agarrado a mim, porque ele viveu esse problema, essa angústia comigo do pai”</p> <p>ID6: “Era uma família grande, toda muito unida”</p> <p>ID7: “Casámos e tivemos 4 filhos”</p> <p>ID7: “E foi uma vida difícil (...) O meu marido sozinho a trabalhar”</p> <p>ID7: “Eles nasceram todos em corrida (...) todos seguidos e depois a casar foi igual! Um abriu o caminho e os outros foram todos!”</p> <p>ID7: “Em minha casa eu juntava-os no Natal, nos meus anos e às vezes fazia um magusto de castanhas”</p> <p>ID7: “E quando o meu marido me faltou, já com eles todos casados, e este, que o Senhor me levou agora e o que está aqui a viver, eram os que não tinham casa e eu disse-lhes para eles, “se vós dois, voluntariamente, se vós quisésseis vir viver para minha casa eu não ficava sozinha!” Claro, pois tinha uma casa que desse para viver outra família, não era? Ah, um é mau, outro é mau... pronto, não quer, não quer! (...) Passados três anos, já tinha passado o pior! Olhe que o meu quarto, que é aquele da entrada, eu mudava a mobília para aí uma dúzia de vezes durante a noite! Eu não dormia!”</p> <p>ID8: “Ele ia para o mar e eu <i>ópois</i> [depois] ficava sozinha a trabalhar nas terras como uma tolinha, e andar fora, umas <i>prás</i> [para as] outras e com os meninos ao colo...”</p> <p>ID8: “Primeiro casei-me e fiquei na casa deles (<i>dos sogros</i>), tive filhos, fui para uma casinha de renda, depois comprei aqui este bocado de terra e depois fiz um barraquinho de madeira e do barraquinho de madeira <i>ópois</i> [depois] fiz casa. E assim fui sempre fazendo, a trabalhar muito e a comprar terrinhas... passei muita fominha, não tenho vergonha de dizer, mas nunca roubei! Nem enganei, que eu não quero! (...) Tenho quatro filhos, quatro filhos... tinha, não tenho... tenho só três!”</p> <p>ID8: “Eu casei-me também já ia fazer vinte cinco anos!”</p> <p>ID8: “O meu marido morreu faz quatro anos <i>ópois</i> [depois] em dezembro, em novembro”</p>	<p>54-55</p> <p>186</p> <p>15</p> <p>32-33</p> <p>148-150</p> <p>262-263</p> <p>416-424</p> <p>43-44</p> <p>53-60</p> <p>105-106</p> <p>362</p>
<p><b>Relação do casal</b></p> <p>ID1: “Depois casei, tive dois anos... três... mais ou menos feliz, de resto não, não era feliz”</p> <p>ID4: “Apanhava muita pancada do meu marido! (...) Nunca foi violento com os filhos, era só para mim, não me dava dinheiro para governar, ia vender alguma coisa para o leite dos meus filhos... Passei assim um mau bocado... (...) Andei 39 anos a apanhar pancada”</p> <p>ID5: “Havia um problema na minha casa que o meu marido bebia, ao fim de semana mais, e ele quando ficava assim, ao fim de semana implicava com nós, comigo (...) Nunca foi agressivo de violência mas era verbalmente”</p> <p>ID5: “Falaram-me de um medicamento para o tratar do problema do álcool e eu dei! Arrisquei, disseram-me que era perigoso mas eu arrisquei e dei-lhe! Mas tive que avisar o miúdo porque eu dava-lho misturado no leite (...) Graças a Deus deu muito resultado! Nunca mais bebeu, mas ele agora <i>gloreia-se</i> [vangloria-se] que a força de vontade para... sem saber o que se passou porque eu nunca lhe disse”</p>	<p>11-12</p> <p>130-137</p> <p>45-48</p> <p>56-62</p>

	ID8: Era ( <i> muito bom</i> )! Claro que, quando ele era novo e andava por aí assim, acontecesse o que acontecesse, são homens! Elas às vezes agarram-nos e cegam-nos, ele contava-me muita coisa mas eu perdoei-lhe sempre, porque era um homem e ele só dizia, “é mulher, tu só pensas no trabalho!”	431-434
	<b>Circunstâncias da perda</b>	
	ID1: “Ninguém estava a contar! Ele foi jantar a minha casa, bem-disposto (...) tinha muita dor de cabeça, sempre, muita...”	47-50
	ID1: “Estavam em casa do meu filho na altura (...) diz que estava a jogar muito bem (...) Começou a ficar assim com a cor um bocadinho azulada... (...) Quando o INEM lá chegou ele já estava cadáver”	136-151
	ID2: “Fui na 5ª feira, acordá-lo para tomar o pequeno-almoço (...) ele tinha um pé de fora (...) pus-lhe o pé para dentro e senti o pé realmente bastante frio (...) Como ele não respondia, pus-lhe a mão assim no cabelo (...) e senti-lhe o cabelo húmido... assim uma humidade fria... sabes, uma coisa que nunca senti, nunca mais... e eu pus-lhe a mão na cara e ele estava gelado... dei-lhe beijos na cara, vi que estava completamente gelado e corri logo para o telefone, chamei o 112 a pedir ajuda. As senhoras disseram-me para pôr... para humedecer um bocadinho de água... humedecer o dedo com água açucarada para lhe meter na boca, mas ele... pronto... (...) Deito-me para a esquerda porque é assim e foi assim que eu o encontrei também deitado assim, nem com cara... só achei o cabelo frio, suado... faleceu a meio da noite! Culpo-me muitas vezes, como é que eu não ouvi? Veio aí o médico logo (...) “consola-te com uma coisa, não deu porque morreu!” Ele não tinha expressão nenhuma de dor e as mãos, por exemplo, se tivesse alguma dor, era capaz de ter as mãos assim enclavinadas... nada! Ficou a dormir... e como é que se fica assim a dormir? (...) Dá a impressão que a gente está a viver assim... um filme de terror, sabes? Não é connosco... não é connosco...”	12-27
	ID3: “Ela nem chegou a saber que entrou na universidade. O acidente foi mais ou menos nessa altura. Fins de setembro... que ela não morreu no acidente (...) esteve em coma...”	13-15
	ID3: “Eu desde o acidente passei três meses no hospital, sempre com elas, nunca saí nem de noite nem de dia”	30-31
	ID3: “O médico uma vez chamou-me e disse que vamos pedir a Deus o melhor para ela, porque se ela viver vai ficar em coma vegetativo... e foram convencendo, convencendo, até que pronto... o dia chegou...”	35-37
	ID3: “Foi andar de mota!”	91
	ID4: “Foi cancro (...) Três diinhas coitada, nem cheguei a vê-la! (...) Quando foi para o hospital eu já sabia que ela estava muito mal porque ela nunca se quis tratar. A vida dela nunca foi uma vida linda... Ela andava de bebé nessa altura...”	11-16
	ID5: “Ia fazer 19 (...) Foi uma aplasia medular galopante... quando se descobriu, inclusive ele jogava aqui no futebol, no Gafanha... e nunca levei o meu filho a um pediatra... nunca... sempre, e pensava eu, sempre foi saudável e de repente ele apareceu-me com aquelas manchas no corpo, inclusive ele pensava que era do futebol, foi à médica e no espaço de 41 dias ele faleceu! Tinha a medula completamente seca. Depois disseram-me que talvez fosse uma deficiência congénita que ele tivesse! (...) O irmão fez, fizemos todos o teste da medula, os amigos todos quiseram ir fazer, mas eles	20-34

nem aceitaram (...) Mais uma revolta que eu tive nessa altura!"	99
ID5: "Ele morreu a falar para nós na hora da visita..."	40-52
ID6: "Ele tinha ido às Finanças saber o que é que era preciso, se era preciso alguma coisa, que ele ia para a tropa a seguir (...) tinha lá ido antes de entrar e depois ia para o trabalho (...) eu só mais tarde é que <i>sube</i> [soube] que ele que ia para o lado de Azurva, que era para ir ter com a namorada, mas ele desviou ali, pronto, mas ele ia para o Recheio, para mim ele ia em frente, mas não, ele ia virar, virou para ali e foi ali que foi apanhado pelo camião... foi arrastado pelo camião! (...) Foi ( <i>para o hospital</i> ) mas já... partiu assim esta parte aqui da... ( <i>aponta para as costas, na zona do pescoço</i> ) (...) A minha sobrinha foi vê-lo e diz que ele ainda tinha as mãos assim com as luvas ( <i>fecha as mãos como se estivesse a agarrar um guiador</i> ) de estar a prender a motorizada, a força que fez para a motorizada..."	150-152
ID7: "O meu marido, quando o Senhor o chamou também... também foi, quer se dizer, não se pode dizer assim "foi uma morte que a gente não contava", contava, foi a mesma coisa do meu filhinho..."	160-162
ID7: "No intestino ( <i>cancro</i> ) mas o do meu marido, eles abriram e fecharam e disseram, vamos estar quietinhos, em casa, não o internar mais, só foi internado uma vez, e vamos fazer tudo, tudo, tudo o que se possa em casa e ele..."	170-171
ID7: "O meu filhinho era tanta, tanta... era morfina enfiada pela barriga, era nas coxas, era em selos..."	174
ID7: "A doença dele foi descoberta em novembro, dezembro..."	185
ID7: "Ele era internado e eu ia para lá o dia todo"	191-197
ID7: "Eu estava lá todo o dia e ninguém via a mulher! A mulher tinha que trabalhar, isso fora de questão, nada a dizer! Ela para pagar a casa ela tinha que trabalhar, mas há hora que ela lá chegava, pronto, já ninguém a via! (...) Aquilo era rápido mesmo, ela quanto mais tarde fosse melhor! Ao sábado e domingo... ai, eu sofri muito com ela! Ver um filho sofrer tanto e ver ela assim tão cabra, ai! Nem me quero lembrar!"	211-213
ID7: "Eu abandonei tudo... não me interessava que estivesse sujo, que estivesse com teias de aranha, olhe, não me interessava nada! O que eu queria era ir para a beira do meu filho..."	221-225
ID7: "Eu soube logo ali em Figueiró, que era gravíssimo! Mas eu para mim, gravíssimo sabe o que era? O gravíssimo para mim era, como eu vejo muita gente a durar 4, 7, 10 anos... ir e vir, ir e vir... fazer um tratamento, ir e vir... para mim era o grave, era isso, não era eu ficar sem o meu filho em tão pouco tempo!"	569-574
ID7: "Ele foi fazer a <i>químio</i> [quimioterapia], que eu é que ia sempre com ele (...) Ele passava o dia comigo, portanto a gente ficou muito agarrado um com o outro! Aquilo foi a substituir o tempo todo que ele andou mais retirado!"	304-306
ID8: "Foi acidente. (...) Foi de carro."	390-394
ID8: "Ela era boa e "ai, quando vier o <i>snow</i> (neve) vou ficar no meio da montanha", ela dizia no meio do caminho para a montanha, "vou ficar no meio do caminho!" E ficou! Bateram-lhe e fugiram! (...) Ela ficou logo morta, que eu quando vi a minha menina com a cabeça..."	

## **ANEXO VII**

**(experiencia de vida após a perda do(a) filho(a))**

O que mudou na sua vida		
b144: funções da memória	ID1: “Eu fiquei um <b>bocadinho mais esquecida</b> e tudo! Eu não era assim, eu era... não fiquei maluca nem nada, mas <b>mais desligada...</b> ” ID5: “Eu <b>recordo tudo!</b> Eu <b>recordo todos os dias</b> ”	254-255 236
b1471: qualidade das funções psicomotoras	ID1: “As primeiras vezes que fui ao cemitério eu ia a zurrar as pernas, ia agarrada e a zurrar as pernas, <b>sem forças para andar!</b> ” ID2: “Fisicamente fica-se mal, parada, sem vontade realmente de continuar! É difícil, a gente naqueles primeiros tempos não tem vontade de continuar, <b>anda no dia-a-dia mas se desaparecesse tudo bem</b> , era normal!” ID6: “Às vezes dava por mim assim, parada... <b>parece que eu não estava ali!</b> Falavam e eu parece que não estava ali!”	290-291 164-166 104-105
b152: funções emocionais	ID1: “Às vezes vou no carro e dá-me assim uns <b>ataques de choro</b> ” ID2: “Sinto-me sempre em luto (...) o luto de uma mãe acho que é eterno!” ID5: “Eu só de pensar à noite nele já adormeço a chorar.” ID6: “ <b>Eu só não me escondia</b> porque não podia, não me deixavam.” ID7: “Mudou a tristeza... <b> muito triste!</b> (...) Eu só choro, às vezes <b>eu só choro!</b> ” “Fecho-me mais, <b> fecho-me mais aqui dentro!</b> ”	187-188 6-10 182 103-104 277-280 456-457
b1560: percepção auditiva	ID6: “Eu tinha alturas que eu perguntava-lhe, <b>eu ouvia a voz dele</b> , de noite acordava a ouvir chamar”  “Depois que ele faleceu... quantas vezes eu fiquei aqui à porta, à espera que ele chegasse, <b> parece que ouvia a mota lá ao fundo</b> e eu punha-me aqui à porta à espera...”	18-19 67-68
b1564: percepção tátil	ID6: “A casa estava tão vazia, tão vazia... que eu <b> parece que até o sentia!</b> ”	17
b2153: funções das glândulas lacrimais	ID1: “Fiquei doente dos olhos tudo por causa disso (...) <b> eu chorava sangue</b> ”	188-189
d7103: crítica nos relacionamentos	ID1: “Ele faleceu e ela ( <i>a nora</i> ) não me deixou ir para lá... <b> ficou-me com tudo o que eu lá tinha!</b> Os móveis, tudo!” “Mas então é que ele morreu e <b> já não havia cá sogrinhas</b> , não havia nada” ID7: “Estou um bocado <b> revoltada com ela</b> , com ela estou, não é com Deus, com ela estou!”	65-66 109-110 252
d7600: relacionamentos entre pais e filhos	ID5: “Dizem que eu me <b> desleixei do outro</b> , do outro filho que tinha, que tinha 10 anos na altura (...) <b> Acho que não me importava com ele</b> , só vivia a dor da falta do outro e acho que me esquecia que tinha outro para criar”	138-140
d930: religião e espiritualidade	ID6: “Aquele túnel ali onde ele faleceu... ai, eu não passava ali! Eu não passava ali! Agora, agora já vou passando, mas <b> sempre que passo rezo!</b> ”	118-119

d9300: religião organizada	ID7: “Deixei desde que o meu filho adormeceu! A primeira vez que eu <b>fui aos ensaios (coro da igreja) foi na quarta-feira passada.</b> ”	543-544
ndqv	ID1: “ <b>A nossa vida... também nunca mais foi a mesma</b> ” “Desde aí eu <b>nunca mais fui a mesma...</b> ” ID2: “Depois, nos primeiros tempos, no primeiro ano, esforçava-me para continuar com <b>força para querer viver, que não queria...</b> ” ID3: “Depois do acidente, <b>tudo mudou...</b> ” “ <b>Mudou toda (a vida)</b> ... e depois o meu marido estava na minha cunhada e depois não queria vir para casa... não queria passar ali...” ID5: “Logo, logo encostado aquela altura eu quis acabar e pensei, mato o meu filho, mato-me a mim e ao mais pequenito e vamos todos ter com ele, vamo-nos todos encontrar!” ID6: “ <b>Mudou a solidão</b> ” “Parece que <b>tinha sempre falta de alguém (...)</b> Parece que <b>precisava sempre daqueles cinco dedos aqui</b> ”	166 190-191 32-33 11 52-53 193-195 202 216-220
ndgh	ID1: “Após <b>agravou-se tudo!</b> Tive um problema grave nos <b>olhos (...)</b> foi a <b>epilepsia</b> que despoletou (...) nós íamos ao cemitério e sentia-me mal, tinha ataques na viagem (...) Fiquei muito <b>mais debilitada</b> ” ID4: “Na <b>minha vida mudou a doença</b> ” ID6: “Eu ficava assim a pensar naquilo, eu ia <b>dando em maluca</b> ” ID8: “Eu ia <b>dando em tolinha</b> ” “Olhe aqui a minha cara, uma cara de tolinha! É quando <b>andava ainda avariada!</b> ”	283-288 53 244 19-20 515
<b>Superação da dor (consciência da dor)</b>		
b110: funções da consciência	ID2: “Nunca chorava <b>mas por dentro estava morta (...)</b> Acho que não tinha sentido nenhum continuar a viver...”	33-35
b144: funções da memória	ID1: “Mesmo hoje e já passaram doze anos e meio... tenho alguma hipótese de esquecer alguma vez mais o meu filho?” “... Supera-se mas não passa... <b>não esquece...</b> a mim, nunca mais, nunca mais! <b>Nunca mais na vida!</b> Dia nenhum!” ID8: “ <b>Isso nunca esquece!</b> Não há dia nenhum que não me venha à cabeça...”	215-216 378-379 14
b152: funções emocionais	ID1: “Eu a partir daí <b>fiquei um trapo</b> ” “Mas depois daí <b>não me venham dizer que há mais aquela alegria,</b> aquela coisa de... a gente ri... a gente fala... a gente... mas o nosso sentido está sempre ali” ID2: “Mas a <b>alegria de viver perdi-a nessa altura,</b> perdi mesmo... durante anos (...) <b>Falta-me qualquer coisa</b> que é quase físico mas consigo superar isso (...) Noto que a tristeza diminuiu, <b>não sou uma mulher tão triste,</b> consegui superar isso! (...) A tristeza diminui a saudade não! <b>A saudade continua cá!</b> ” “Mas quando vou ( <i>ao cemitério</i> ), às vezes sou assim de choro fácil e estou por exemplo a fazer uma festa na fotografia, ou a pôr-lhe flores ou uma coisa assim, e sem querer as <b>lágrimas caem-me mesmo (...)</b> e sem explicação nenhuma olho para o céu e digo (...)”	165 181-183 38-53 154-156

	<p>“Tu não fiques aflito! Isto já passa...” (...) preocupação de mãe, com medo que ele se preocupe por me ver chorar...</p> <p>ID4: <b>“Custou-me muito</b>, mas agora... falo com ela (filha falecida)”</p> <p>ID5: “Mas diziam muita vez, “ai, o tempo vai passando...” mas não! Eu continuo, continuo com a mesma... não é tão, tão, tão acentuada, mas <b>quase a mesma revolta</b> (...) A partir dos Fiéis não, a partir do mês de agosto, da nossa festa aqui da zona, que foi a ultima procissão que ele fez com o movimento, que eles acompanhavam... desde essa, desde essa altura até ao fim do ano eu ando <b>sempre doida! Enervada, revoltada, chorosa, desanimada, com vontade de desaparecer, de morrer! Ando sempre assim!</b> (...) Deixei de ter aquela ansiedade e aquela vontade que eu tinha pela vida, vontade... <b>muitas vezes queria morrer, queria desaparecer</b>, queria ir ter com ele”</p> <p><b>“Eu não superei a dor...”</b></p> <p>ID6: “Eu <i>atão</i> [então] sou fraca! <b>Sou fraca!</b> Sou fraca... os anos passam e eu (<i>lágrimas</i>) não esqueço!”</p> <p>ID7: “Parece que o meu coração sangra de tanta <b>tristeza!</b>”</p> <p>“Quando eu o vi <b>deu-me uma tristeza... comecei a chorar</b> porque me lembrei do meu filho (...) <b>Perder um filho é muito difícil! (...)</b> Muita, muita, muita, <b>muitas saudades!</b>”</p> <p>“O que me <b>arrasou de tudo</b>, foi agora a morte do meu filho!”</p> <p>ID8: “Em casa <b>choro muitas vezes</b>, sim senhor, é verdade!”</p> <p><b>“Triste, triste</b> e com... as minhas amigas sabem, fiquei <b>revoltada</b>”</p>	<p>75</p> <p>120-137</p> <p>153</p> <p>82-83</p> <p>7</p> <p>289-294</p> <p>449</p> <p>261</p> <p>367</p>
b1603: controlo do pensamento	<p>ID2: <b>“Culpo-me muitas vezes</b>, como é que eu não ouvi?”</p> <p>ID5: “Porque eu às <b>vezes penso, que será que o defeito foi meu</b>, que foi alguma... que não fui boa mãe para o gerar porque lhe dei uma doença...”</p> <p>ID6: <b>“Pedi mesmo a ele, para que me deixasse esquecer um pouco</b>, quer se dizer, <b>deixar viver um pouco</b>, porque estava a prejudicar os filhos, os outros e então, pedia-lhe mesmo <b>que me ajudasse</b>, que pedisse ao Senhor para me ajudar, para que eu pudesse andar para a frente”</p>	<p>180</p> <p>38-40</p> <p>8-11</p>
b280: sensação de dor	<p>ID2: <b>“É a pior dor que existe!</b> Quase físico! Que nunca sintas isto, que é muito mau! É um bocado de nós que vai!”</p> <p>“Digo-te, <b>não se morre de dor</b>, porque se se morresse de dor eu tinha morrido naquela altura!”</p> <p>ID3: “É uma <b>dor muito grande</b> que nunca, nunca passa...”</p> <p>ID6: “Porque <b>é uma dor que não passa</b>, não passa não”</p> <p><b>“Não há dor mais forte que é ficar sem um filho!</b> Pode a gente ter uma dúzia deles mas aquele...”</p>	<p>56-58</p> <p>163-164</p> <p>15</p> <p>12</p> <p>100</p>
d240: lidar com o stress e outras exigências psicológicas	<p>ID3: “Tínhamos a T (<i>a outra filha também acidentada</i>) e como ela estava assim nós <b>pusemos tudo nela!</b>”</p> <p>ID5: “Depois superei e <b>comecei a pensar que havia de criar o outro</b> e tentar ajudá-lo, pelo menos até aos 18 anos, que era para ele superar a minha morte, portanto, a minha falta!”</p> <p>ID6: “Então lentamente, eu fui pensando assim, se calhar eu choro</p>	<p>43</p> <p>195-197</p> <p>254-259</p>

	demais, se calhar eu estou-me a agarrar muito a ele, estou a puxá-lo, estou a não deixar, a não deixar sossegar! (...) Vou tentar deixar-me, não fazer nada, <b>rezar mas não fazer mais nada</b> "	
d9205: socialização	ID6: "Pois no trabalho, tinha que falar, tinha que andar, <b>olha tinha que estar</b> " ID7: "Se eu estiver entretida, assim por exemplo, amanhã vou a casa da minha sobrinha almoçar ao meio dia e depois de tarde <b>estamos ali todos no convívio</b> , pronto! Eu se estiver assim mais triste e tal, retiro-me um bocadito e torno outra vez no meio."	238 285-288
d930: religião e espiritualidade	ID1: "Alguma vez vou ver mais o meu filho? <b>Só quando eu for também para lá!</b> (...) Que Deus, na ressurreição... dizem... a gente sabe lá!" ID3: " <b>Nunca deixei de acreditar</b> nem nunca fiquei revoltada com Deus!" ID4: "Eu tenho <b>sepultura e quisla</b> [quis que viesse para] cá." ID6: "Eu vingava-me e <b>ia para o cemitério!</b> " ID8: " <b>A gente pede a Deus corage</b> [coragem] que é Deus que dá <b>corage</b> [coragem] à gente!"	216-219 107 71 240 28
e310: família próxima	ID3: "Olhe, eu só superei a dor mesmo... superar não! Porque nada supera a dor, mas foi depois do <b>casamento da T e da menina ter nascido.</b> " ID6: "Depois <b>à tarde ia buscá-la (neta) praqui</b> [para aqui], para não me sentir sozinha"	59-60 235
e465: normas, práticas e ideologias sociais	ID4: "A minha roupa é esta (preta)!" ID6: "Sabe que eu andei um ano e tal de luto! <b>Eu não conseguia tirar o preto!</b> Amarrei-me muito... amarrei-me muito... preto! Para mim, para mim uma cor qualquer não dava, tinha que ser mesmo preto, meia preta, tudo preto! Não me sentia bem de outra maneira!" ID8: "Os meus filhos disseram-me e o meu marido, <b>se eu não tirasse a roupa (preta)</b> que ma queimavam, eu tirei, deixei de usar..."	6 290-293 10-11
ndqv	ID1: "Uma mãe que seja mãe a sério nunca, <b>nunca mais ultrapassa!</b> Não! Vai tentando vai..." ID2: "Mas consegue superar-se... não é superar-se... <b>consegue-se aguentar o resto de anos de vida que nós temos...</b> " ID3: "E <b>depois foi passando</b> . Os dias foram passando, as coisas foram passando, ficando melhores também. Tínhamos a T e como ela estava assim nós pusemos tudo nela!" ID4: "Agora estou bem, estou, mas <b>não é aquele bem que me agrada</b> " ID5: "Não dá para eu aceitar porque <b>não aceito</b> "	192 58-59 42-43 31 73
<b>Estratégias adotadas</b>		
b144: funções da memória	ID3: "A gente vê nela (neta) ... não se devia dizer... mas <b>vejo nela a minha filha!</b> "	66-67



	"Eu tenho tudo, o <b>quarto dela está como estava</b> , tudo igual! O meu marido já fala. Depois que a menina nasceu ele voltou a dar volta!"	111-112
b152: funções emocionais	ID1: "Se eu não for ao cemitério no fim da semana, eu <b>fico com uma neura</b> , mas uma neura... que ninguém me consegue aturar!" ID2: "Depois disto já lá vão 12 anos (...) Gosto de viver, já gosto de viver! Não com aquele frenesim... gosto de viver como se, por exemplo, não tivesse uma perna..." ID6: "Sempre a ver quando é que podia safar-me para ir ao cemitério! <b>Sentava-me na pedra ali, chorava, rezava, falava...</b> e assim se ia passando"	304-305 44-47 106-107
b1564: percepção tátil	ID6: "Para mim <b>ele está sempre presente</b> , eu <b>não o vejo mas sinto-o!</b> "	27
b1601: forma do pensamento (crenças)	ID1: "Ó meu Senhor faz com que o meu <b>menino me dê um sinal</b> que está bem! (...) Passado um bocado aparecem assim uma ou duas borboletazinhas brancas e eu digo, " <b>meu Deus será o sinal?</b> " Penso eu, não é? Será um sinal?" ID2: "Fazia a vida normal (...) como se ele tivesse ido para fora numa viagem e tornasse a vir..." ID4: "Mas <b>acho que ela (a filha falecida) gosta, gosta muito (que a mãe vá ao cemitério e fale com ela)</b> " ID5: "Entendo que, <b>quando eu morrer que vou ter com ele</b> , que me vou encontrar com ele e que isso é um pouco a fé ou quase a certeza que eu tenho, que sim, <b>que vou voltar a abraça-lo!</b> Que o vou ver novamente! (...) <b>O esperar um dia atrás do outro até chegar... até chegar esse dia!</b> " ID6: "Havia <b>assim sinais</b> " ( <i>luzes que acendiam e apagavam quando passava</i> )	293-296 36-38 117 159-163 243
b1603: controlo do pensamento	ID1: "... <b>Vai sempre ao meu lado</b> na outra cadeira do carro, no outro banco do carro ao meu lado na viagem (...) Eu <b>tenho a impressão que o meu menino anda connosco sempre</b> " ID2: "Lembrei-me dele "onde é que ele andarà? Onde é que andarà agora?" Isso eu faço muitas vezes, " <b>aonde é que andarà o garoto? Será que ele está nalgum sítio? Não deve estar... cala-te!</b> " ID6: "Eu <b>pedia-lhe muitas vezes para ele proteger os irmãos</b> "	232-239 154-156 24
d230: executar rotina diária	ID1: " <b>Todos os dias</b> falo no meu menino" ID5: " <b>Basta ir ao cemitério</b> todos os dias! Todos os dias! Isso é um <b>ritual</b> que nós entramos"	187 238
d240: lidar com o stress e outras exigências psicológicas	ID2: "Mas passei a cama dele... (...) para o meu e <b>estou a dormir no mesmo sítio</b> e normalmente... (...) <b>deito-me para a esquerda porque é assim e foi assim que eu o encontrei também deitadinho assim</b> " ID6: " <b>Comecei a pensar que não levava nada</b> , não conseguia nada e que se me aconteceu aquilo há outros que ainda lhe acontecem pior e eu tive que, pronto, aceitar! É mesmo aceitar mesmo!" ID7: "Começo a <b>ver fotografias</b> , fotografias! Onde ele está quando	175-179 296-298 335-336

	era novo, aquilo tudo, mas sempre mexendo nele, aí está!”	
d660: ajudar os outros	ID6: “Os outros dias tenho uma bebé pequenina que tenho de ir buscar ali ao infantário e ir buscar o outro ( <i>neto</i> ) ao infantário.” ID7: “Quando estou assim com mais um bocadinho de espírito assim, estou melhor, há uma senhora aqui em baixo, (...) se ela tem uma roupa eu <b>estendo-la [estendo-lha] ou apanho-la</b> [apanho-a], ou se ela tem ainda a cozinha que de momento não está arrumada eu <b>arrumo-lhe a cozinha!</b> ”	310-311 478-485
d750: relacionamentos sociais informais	ID3: “Eu <b>aceitei se calhar melhor do que ele porque eu convivi...</b> eu desde o acidente <b>passei três meses no hospital</b> , sempre com elas, nunca saí nem de noite nem de dia, dormia lá (...) la sempre conversando com os médicos.”	30-32
d855: trabalho não remunerado	ID2: “Tenho uma <b>vida realmente sempre muito ocupada com tudo</b> . Tenho a vida de casa e <b>vou às escolas e vou aos lares dizer poesia e contar histórias</b> (...) Raramente tenho um minuto para parar e dizer “olha, o meu filho já não está cá!”	48-51
d930: religião e espiritualidade	ID1: “Não, o meu menino... o meu menino... <b>aquele não era para mim, era para Deus</b> , era! Aquele fazia falta lá a Deus!” ID3: “Eu <b>pedi sempre a Deus</b> que me deixasse pelo menos uma, não é? E <b>Deus fez-me a vontade</b> , pronto, nunca me... nunca, nunca fiquei revoltada contra Deus” “Nunca deixei de acreditar nem <b>nunca fiquei revoltada com Deus!</b> Deus foi bom, deixou-me uma! Acho que até tenho muito que lhe agradecer por me deixar uma!” ID4: “Falo com ela, peço-lhe o que tenho a pedir a ela, sou religiosa, não vou à igreja mas sou. E peço a ela para <b>pedir a Deus e a Jesus</b> para olhar pelos filhos, saúde para mim que é para pedir” ID5: “ <b>Pedia a Deus</b> que me deixasse viver até este ter 18 anitos pelo menos, que era para já ser autónomo, para não sentir a minha falta” ID6: “Deus quis assim e eu tenho que me, tenho que admitir, tenho que <b>aceitar pronto, aquilo que Deus me deu</b> , pronto!” ID8: “Quando você estiver triste, <b>reza-lhe pela alma</b> que elas ficam contentes! Porque se a alminha está bem e estiver a gente tristes diz que tristes ficam!”	228-229 15-18 107-108 75-77 157-158 278-279 26-27
d9300: religião organizada	ID8: “Às seis horas, seis e meia, <b>ouço o tercinho!</b> (...) Ao domingo não vou à <b>missinha</b> que não posso, mas... (...) Tenho a televisão, é das dez às onze horas e das onze ao meio dia.”	128-134
e1101: medicamentos	ID3: “Eu <b>tomei</b> na altura (antidepressivos).” ID5: “Médica de família que <b>me medicou para isso...</b> ” ID6: “Ando-me aqui a pôr <b>encharcada de medicamentos</b> para quê? Afinal...” e depois aquela luz começou-me a abrir o cérebro e eu assim, “ai, vou-me deixar disso!” Depois deixei de tomar” ID7: “E ele então disse que a minha depressão já é uma depressão crónica... portanto, eu já tomava, antes do meu marido estar	40 166 281-283 466-467

	doente, eu já tomava comprimidos!” ID8: “Tanto <b>medicamento</b> me deram...”	20
e310: família próxima	ID1: “Foi pensar <b>nos outros dois</b> que tinha! (...) E <b>nos meus netinhos</b> ” ID2: “Depois lembrava-me dos <b>outros filhos, dos outros netos</b> , “ó pá, eu tenho mais filhos, tenho mais netos!” Mas nem isso me animava a querer viver!” ID3: “Embora fosse uma perda muito grande... tinha outra ( <i>filha</i> ), tinha de viver para ela!” “Eles ( <i>filha, genro e neta</i> ) moraram cá muitos anos depois de casados, ainda moraram cá uns três anos e tal, depois fizeram a casa deles, mas é perto!” ID5: “Um pouco <b>pensar no irmão</b> ” ID6: “A <b>minha neta</b> é que era a minha bengala, o meu refúgio, o meu ponto de salvação”	222-223 35-36 18-19 65-66 156 213-214
e355: profissionais de saúde	ID6: “Até que um dia tive que <b>ir ao médico</b> porque senão não conseguia...”	108
e465: normas, práticas e ideologias sociais	ID1: “Vou todas as semanas, <b>todas as semanas ao cemitério</b> com a minha filha, sentamo-nos lá e <b>conversamos com ele</b> , arranjamos a campa...” ID2: “Eu <b>não acredito na vida para lá da morte</b> , não acredito mesmo! Ainda acredito que o corpo vai para a terra (...) De maneira que raramente lá vou ( <i>ao cemitério</i> )!” ( <i>ausencia</i> ) ID7: “Eu <b>vou ao cemitério todos os oito dias</b> , já lá fui hoje. Comprei um candeeiro grande, ponho lá uma lamparina a arder, levo um arranjozinho pequenino”	243-245 132-138 267-268
e5550: serviços relacionados com associações e organizações	ID1: “Que me levaram a essa Ancora... esse <b>centro de ajuda</b> ” Alguns conselhos não me agradavam... havia uma que uma vez me disse: “Ó mulher esqueça!” Eu fiquei-lhe com uma raiva que se lhe pudesse dar com uma cavaca na cabeça eu dava! A mandar-me esquecer do filho (...) “Não me deem mais tormentos... deixem-me fazer o meu luto sozinha!” E <b>não quis lá voltar...</b> ”	193 206-210
e5800: serviços relacionados com a saúde	ID7: “Eu <b>já sou filha do Conde Ferreira</b> , mas eles agora <b>queriam-me internar</b> mas eu disse, “isso é que era doce! O senhor doutor o que é que me vai dar aqui para eu ficar? O que <b>me vai dar aqui, deia-me [dê-me] que eu tomo em casa!</b> ” Disse logo, “eu não fico!” E a minha filha, “eu assino por si”, “assinas o quê? Assinas por mim! Eu assino, <b>não estou tola</b> para assinar por mim! Eu não fico!”	469-473
<b>Apoios físicos ou humanos recebidos</b>		
e310: família próxima	ID1: “Se não fossem os meus netos e estes dois tinha-me ido abaixo!” ID3: “Foi só <b>a família e os amigos</b> ” ID4: “Costuma <b>telefonar (filho) todos os domingos</b> ”	290 77 94

	ID6: “ <b>Se não fosse os outros filhos</b> , eu acho que me tinha matado” ID7: “A <b>minha filha</b> é a que mais me apoia”	69 314
e315: família alargada	ID3: “Foi só a <b>família e os amigos</b> ”	77
e320: amigos	ID2: “Recebi <b>muita amizade das pessoas</b> , muitos sorrisos, muitos abraços (...) Quando encontramos alguém, <b>mesmo que não seja assim grande amigo</b> e que nos abraça... e que nos aperta...” ID3: “Foi só a <b>família e os amigos</b> ” ID5: “A minha <b>médica de família e uma amiga</b> que me dava muito apoio” ID8: “As <b>minhas amigas todas</b> , as amigas todas a ajudarem-me...” “Aqui <i>ópois</i> [depois] quando eu comecei a ser outra mulher, ó repare como eu já comecei assim a ficar <b>elas (amigas) faziam-me rir</b> assim de lado, faziam-me rir de lado e a roupa ( <i>preta</i> ) depois cortaram-ma porque senão, senão, como é? Queimavam tudo!”	124-126  77 165  21 508-511
e325: conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade	ID2: “Os <b>alunos ajudaram-me muito</b> (...) <b>As pescadoras, os pescadores</b> da Murtosa, pá, <b>foram uma companhia extraordinária!</b> (...) nunca fui a um psiquiatra, nunca fui a um psicólogo, nunca tomei um comprimido nem nada! Os meus comprimidos são eles...” ID3: “Tive uma senhora que estava lá com uma menina na altura, que foi <b>muito minha amiga</b> ” ID6: “Ia para lá, chorava o que me apetecesse e depois lavava a cara e vinha para dentro e dormia. No outro dia podia ter os olhos inchados mas passava, as minhas colegas já nem perguntavam nada... <b>já sabiam que pronto...</b> ”	39-44  81-82  388-391
e355: profissionais de saúde	ID3: “Os <b>médicos</b> também!” ID5: “A minha <b>médica de família e uma amiga</b> que me dava muito apoio” ID6: “ <b>Lá me deu então uns medicamentos</b> para eu tomar e eu depois comecei a tomá-los, quer se dizer, sentia-me mais calma, mais relaxada, assim mais...” ID7: “Vou e ao <b>psicólogo! (...)</b> O <b>psiquiatra</b> já ando há muitos anos, diz que a minha depressão já não tem cura!”	86 165  272-274  459-461
<b>O que gosta mais de fazer</b>		
d6505: cuidar das plantas de interior e de exterior	ID6: “Trabalhar na terra.” ID7: “Quando não dá muito calor, eu gosto de ir lá para trás, para o quintal <b>tirar ervas</b> lá ao repolho”	308 331-332
d6506: cuidar dos animais	ID4: “Tenho, tenho ali um Xiquinho muito lindo! Um porco preto muito lindo! (...) Vou lá só para falar com ele: “Xico, <i>atão</i> [então]?” E tenho galinhas... isto é casa de lavrador.”	97-100
d920: Recreação e lazer	ID6: “Ver uma novelazita, ou ver o telejornal, adoro ver telejornais!”	323
d9202: arte e cultura	ID2: “Todos os anos lhe <b>faço um poema</b> no dia do falecimento e publico no jornal, na necrologia”	151-152
d9203: artesanato	ID8: “Até gostava de <b>fazer renda</b> mas não posso!”	528

d930: religião e espiritualidade	ID1: <i>(ir ao cemitério)</i> “Sim, sim, isso sim! Sempre, sempre, sempre!” ID3: “Ir ao <b>cemitério</b> ” ID4: “ <b>Vou todos os sábados</b> <i>(ao cemitério)</i> ” ID5: “Não <b>passo sem lá ir todos os dias</b> , nem que seja... dou-lhe um beijo na fotografia, digo “olá filhote!” (...) <b>Gosto de estar lá no cemitério!</b> ” ID6: “O sítio onde eu gostava muito de estar era lá no <b>cemitério</b> ”	300 64 114 223-226 12
d9300: religião organizada	ID7: <i>(ir ao coro da igreja)</i> “Sim, sim, sim! E é <b>tudo decorado</b> que eu não sei ler!” “ <b>Ir à igreja</b> gosto muito, muito!”	537 807
e310: família próxima	ID3: “ <b>Ela</b> <i>(a neta)</i> <b>vem cá dormir</b> ”	65
<b>O que gosta menos de fazer</b>		
d6401: limpar cozinha e os utensílios	ID4: “ <b>Lavar a loiça</b> ”	123
d6402: limpar a habitação	ID7: “ <b>Limpar a casa!</b> ”	802
d6403: utilizar aparelhos domésticos	ID4: “ <b>Passar a ferro</b> ”	124
d9205: socialização	ID4: “De <b>receber visitas</b> em casa aos domingos” ID5: “As <b>datas festivas</b> que eu deixei de comemorar!”	123 230
e465: normas, práticas e ideologias sociais	ID1: “ <b>Se eu não for ao cemitério</b> no fim da semana, eu fico com uma neura” ID2: “Eu vou muito <b>poucas vezes ao cemitério</b> , vou para aí umas 5 a 6 vezes por ano vê-lo, e se calhar é capaz de ser uma defesa, agora que estou a falar nisso, é capaz de ser uma defesa de <b>não querer tocar na evidência que o corpo está ali!</b> De maneira que raramente lá vou!” <i>(b1643: flexibilidade cognitiva)</i>	304-305 135-138
ndqv	ID3: “ <b>Ir à praia</b> ” ID6: “Eu não gosto de <b>estar parada</b> ” ID8: “Rogar pragas! Quando falam a <b>dizer asneiras</b> , fico danada! Não gosto!”	95 306 553-554